目录

contents



上篇 婴幼儿早教初探

第一章 婴幼儿早教揭秘…… 002

一、初识婴幼儿早教…… 002

二、早教是重要的…… 003

1.保证身体强健 …… 003

2.保证大脑健康发育 …… 003

3.保证智力全面发展 …… 004

4.保证自我个性成长 …… 004

5.保证人格健康成长 …… 004

6.保证精神和谐成长 …… 005

7.保证心灵幸福成长 …… 005

三、早教是必要的…… 005

四、早教的要领…… 006

1.要充分肯定宝宝的长处 …… 006

2.所讲的道理要合理 …… 007

3.要给宝宝申辩的机会 …… 007

4.要了解宝宝的情绪状况 …… 007

五、早教的目的——开发智力…… 008

1.开发宝宝智力是适应现代教育发展的需要 …… 008

2.开发宝宝智力有利于培养各方面的人才 …… 008

3.智力开发可提高全民族、全人类的素质 …… 009

六、早教的几个误区……009
1.不准掰手指数数……009
2.过分溺爱……010
3.过分专制……010
4.拔苗助长……011
5.完全照书本养育宝宝……011
6.以宝宝为中心……012
7.满足宝宝的所有愿望……012
8.父母替宝宝道歉……013
9.与出生不久的宝宝说话没必要……013
10.你唱红脸我唱白脸……014
11.父母的冲突不会影响婴儿……014
12.物质奖励……015
七、早教的注意事项……015
1.不要着急，不要比较……015
2.不要低估对宝宝的爱心，不要打宝宝……016
3.不要“拔苗助长”……017
4.不要追求“标准答案”……017
5.不要总是让宝宝单独活动……017
6.不要忽视自己在宝宝早教中的角色……017
7.不要回避对宝宝的性教育……018
8.不要对宝宝说的话或做的事……019
八、早教要根据婴幼儿的特点进行……020
1.婴幼儿的生理心理特征……020
2.根据婴幼儿的特点进行早教……022
3.根据宝宝特点发现其学习类型……023
第二章　早教与婴幼儿智力……027
一、早教开发宝宝哪些智力……027
1.言语—语言智力……028
2.逻辑—数理智力……037

3.音乐—节奏智力 ……043
4.视觉—空间智力 ……046
5.身体—动觉智力 ……052
6.自知—自省智力 ……057
7.交往—交流智力 ……060
二、父母早教与婴幼儿智力……065
1.家庭情感氛围与宝宝智力 ……066
2.教养方式与宝宝智力 ……066
3.父母过分严厉与宝宝智力 ……067
4.父母过分溺爱与宝宝智力 ……068
5.父母感情不和与宝宝智力 ……069
6.开发宝宝智力父母应怎么做 ……070
三、开发宝宝智力的早教方法……074
1.给予宝宝关爱 ……074
2.多跟宝宝聊天 ……075
3.经常抚摸宝宝 ……075
4.多玩一些游戏 ……076
5.到大自然和社会生活中体验 ……076
6.训练宝宝的感觉器官 ……076
7.从小培养宝宝发展语言 ……077
8.培养绘画能力 ……077
9.提供音乐环境 ……078
10.对宝宝要爱而不娇惯，注意培养他们的独立生活能力 ……078
11.端正对宝宝的教养态度，培养宝宝的良好性格 ……078
12.父母在教育方法上首先观点要一致，并做到要求一致 ……079
13.父母应当严格要求自己，做好表率 ……079
四、父母早教须知……080
1.早教方法三原则 ……080
2.早教注意把握机会 ……082
3.对非智力因素的早期培养 ……084
4.开发创造性思维 ……088

5.给宝宝表现潜能的机会 ……089
五、早教开发婴幼儿智力的禁忌 ……090
1.早教禁忌 父母需谨慎 ……091
2.早教心理禁忌 ……093
六、家庭早教开发宝宝智力要点 ……095
1.智商和情商开发相结合 ……096
2.父母慎入早教误区 ……097
3.开发宝宝智力，早期教育要讲方法 ……102
4.教宝宝同时也教父母 ……105
七、早教故事—开发宝宝智力 ……107
1.中国著名人物成才故事 ……107
2.外国著名人物成长故事 ……109
第三章 早教与情商 ……113
一、情商的构成要素 ……113
1.敏感程度 ……113
2.志趣 ……113
3.心态 ……115
二、每个宝宝都有不同的性情 ……115
1.活跃OR安静 ……115
2.敏感OR随和 ……116
3.外向OR内敛 ……118
4.怕生OR不怕生 ……120
5.面对变化能适应OR难适应 ……121
6.能坚持OR没耐心 ……122
三、培养婴幼儿情商的重要性 ……122
1.动力作用 ……124
2.定向作用 ……125
3.巩固作用 ……125
4.弥补作用 ……125
四、情商与智商的区别 ……126

五、培养婴幼儿情商的早教方法……128
1.为宝宝树立良好的榜样……129
2.帮宝宝培养自控能力……129
3.注意宝宝情感的细微变化……130
4.为宝宝创造人际交往的条件……130
5.鼓励宝宝参加各种集体活动……131
6.帮助宝宝辨识自己的情绪……132
7.帮助宝宝树立自信……133
8.培养宝宝乐观积极的态度……133
六、影响宝宝性情的因素……134
1.生理因素……134
2.智能因素……134
3.父母的态度……135
4.环境因素……135
七、成功=智商+情商……136
1.模仿—开发宝宝智商、情商的钥匙……136
2.在劳动中开发宝宝的智商和情商……138
3.游泳可培养宝宝智商与情商……140
4.个性拼图—提高宝宝智商和情商的好方法……140
5.在智商培养中培养情商……141
6.游戏可开发宝宝智商与情商……145
八、早教故事—培养婴幼儿情商……146
1.相信自己是一只雄鹰……146
2.五枚金币……146
3.扫阳光……147
4.一只蜘蛛和三个人……147
5.自己救自己……148
6.让失去变得可爱……148
7.请不要开错窗……149
8.人生的秘诀……149
9.司机考试……150

10.狮子和羚羊的家教 ……150

中篇 探究婴幼儿早教

第一章 婴幼儿早教的原则…… 152

一、优化环境原则…… 152

1.智商与环境因素 ……153

2.有利于宝宝智力发展的环境 ……154

二、用“心”培养原则…… 155

1.狠心：让宝宝吃点苦 ……156

2.精心：父母以身作则 ……156

3.平常心：让宝宝顺其自然地成长 ……156

4.爱心：实施婴幼儿素质教育的基础 ……157

5.信心：实施婴幼儿素质教育的力量 ……158

6.细心：决定婴幼儿素质教育的质量 ……158

7.耐心：使婴幼儿教育得以持续的保证 ……159

8.恒心：决定婴幼儿教育成效的大小 ……159

三、营造互动原则…… 160

1.了解宝宝的生理和心理特点 ……160

2.树立正确科学的宝宝观 ……161

3.创设适当的互动环境 ……161

4.采用一定的沟通技巧 ……162

5.让宝宝当妈妈的助手 ……164

6. 宝宝+妈妈 ……164

7.宝宝+爸爸 ……165

第二章 婴幼儿早教从哪几方面入手…… 166

一.听觉能力 …… 166

1.听觉能力 ……166

2.听觉能力发展进程 ……168

3.听觉能力训练 ……169

二、语言能力……173
1.语言和言语含义不同……174
2.语言能力发展阶段……174
3.影响宝宝语言发展的因素……175
4.语言与思维的关系……175
5.如何训练宝宝的语言能力……176
三、感知能力……182
四、认知能力……189
五、思维能力……193
1.什么是思维……193
2.宝宝思维的发生和发展……194
3.宝宝思维的特点……194
4.思维能力训练……196
六、记忆能力……200
1.宝宝记忆发展……201
2.宝宝记忆特征……201
3.记忆能力训练……204
七、观察能力……210
1.认识宝宝的观察能力……210
2.观察能力训练……210
八、动作能力……213
1.父母如何判别宝宝感觉动作能力落后……213
2.动作能力的训练……215
九、社交能力……217
1.宝宝社会交往阶段……217
2.培养社交能力……219
十、情感能力……223
1.情感能力的内容……223
2.宝宝的情感表现……223
3.宝宝情感的年龄特征……224

十一、生活自理能力 …… 226
1.增强宝宝的生活自理意识 …… 227
2.教给宝宝生活自理的技能，激发宝宝自己动手尝试的兴趣 …… 228
3.利用生活和游戏给宝宝练习的时机 …… 228
4.开展适当的自理能力比赛，在竞争之中促自理 …… 229
5.给宝宝肯定，树立其信心 …… 230
6.家园配合，共同教育 …… 230
7.引导宝宝自己动手 …… 230
8.根据宝宝生理发展特点，逐步提出要求，从易到难，从简到繁 231
9.为宝宝生活自理创设必要的、合理的条件 …… 231
十二、创造能力 …… 231
1.创造能力强的特征 …… 232
2.宝宝创造能力的培养 …… 232
3.训练宝宝的发散思维 …… 234
4.教育宝宝学会动手 …… 234
5.教育宝宝会学习 …… 235
6.鼓励宝宝多提问 …… 235
7.提供丰富的活动材料 …… 236
8.满足宝宝的好奇心 …… 236
9.强化宝宝的创造行为 …… 236
10.发现宝宝的创造性 …… 236
11.不要有问必答 …… 237
12.教宝宝自己想办法解决问题 …… 237
13.根据故事开头编结尾 …… 238
14.在游戏中想象 …… 238
15.丰富艺术生活 …… 238
16.发展语言 …… 239
十三、艺术能力 …… 240
1.为宝宝准备充足的艺术材料 …… 240

2.用身体动作来感受艺术 ……241
3.重视艺术感知与体验 ……241
十四、数学能力……241
第三章 父母不容忽视早教…… 243
一、掌握早教的“最佳期” ……243
二、保证婴幼儿的营养健康……244
1.切勿走入喂养迷宫 ……244
2.营养均衡五注意 ……247
3.科学饮食的“加减乘除”法则 ……250
4.四类食物让宝宝营养均衡 ……251
三、培养婴幼儿的自信心理……253
1.宝宝缺乏自信心的原因 ……254
2.父母如何及时发现宝宝的不自信心理 ……255
3.培养宝宝的自信心 ……255
下篇 早教之旅
第一章 0~1岁婴幼儿早教…… 262
一.婴幼儿的阶段特点 ……262
1.宝宝身体的发展 ……262
2.宝宝心理的发展 ……267
二、运动训练……270
1.宝宝每个月的运动发展要点 ……270
2.宝宝在运动发育敏感期的训练 ……272
3.父母注意事项 ……274
三、教育与认知能力训练……274
1.认知能力发育全程 ……275
2.认知能力培养策略 ……278
四、宝宝咿呀初学语……288

1.语言能力发展 ……288
2.语言能力开发密招 ……289
五、让宝宝听音乐 ……292
1.听音乐很重要 ……292
2.开发宝宝的音乐智能 ……293
六、培养宝宝的情感能力 ……296
1.认识宝宝情感的发展 ……296
2.开发宝宝的情感能力 ……298
七、宝宝的社交能力 ……301
1.3～4个月 ……302
2.4～6个月 ……303
3.7～12个月 ……304
八、基本数字概念的理解 ……305
1.数学能力的早期表现 ……305
2.数学能力的开发方法 ……306
九、父母应该注意什么 ……311
1.善于辨别宝宝发出的各种“信号”，及时满足他们的需要 ……311
2.多和宝宝交流 ……311
3.鼓励和训练宝宝的动作 ……311
4.培养宝宝良好的行为习惯 ……311
5.8个坏习惯让宝宝越来越笨 ……312
6.如何为0～1岁宝宝购买玩具 ……314
7.父母应注意让宝宝聪明过人的细节 ……318
第二章 1～2岁婴幼儿早教 ……322
一、婴幼儿的阶段特点 ……322
二、宝宝自理能力的培养 ……325
1.用汤匙进食 ……325
2.自己吃饭 ……326
3.咀嚼固体食物 ……326
4.拿杯子喝水 ……326

5.刷牙 ……327
6.自己洗手 ……328
7.走路 ……328
8.脱外套、裤子及鞋子 ……328
9.穿衣服 ……329
10.如厕训练 ……330
11.帮忙做简单家务 ……330
12.以语言表达 ……331
三、思维能力训练 ……331
1. 剥鸡蛋 ……331
2.妈妈在哪里 ……332
3.彩珠子 ……332
4.不倒翁 ……332
5.我会上楼梯 ……332
6.我的力气大 ……333
7.移纸取物 ……333
8.拉杯子 ……333
9.叠得高 ……334
10.找玩具 ……334
四、让宝宝养成好习惯 ……334
1.让宝宝养成良好的饮食习惯 ……334
2.保证宝宝有充足合理的睡眠，养成良好的作息习惯 ……338
3.培养宝宝良好的卫生习惯 ……340
4.保护好宝宝的眼睛，培养宝宝良好的用眼卫生习惯 ……341
五、运动能力的训练 ……346
1.大运动的训练 ……346
2.各种感觉的训练 ……351
3.精细动作训练 ……353
4.使用玩具激发运动智能 ……356
六、宝宝认识发展的飞跃——认知能力 ……360
1.宝宝记忆力大大增长 ……361

2.宝宝开始连词成句 ……361
3.宝宝注意到事物的异同 ……362
4.宝宝对数量有所知晓 ……362
5.宝宝察觉到空间关系 ……362
6.宝宝崭露出艺术潜能 ……363
七、培养宝宝记忆力 ……364
1.适当重复 ……364
2.形象辅助 ……364
3.一日生活回忆 ……365
4.物归原处 ……365
5.记忆游戏 ……365
八、培养宝宝注意力 ……368
1.利用宝宝的好奇心与兴趣培养注意力 ……369
2.利用游戏培养宝宝的注意力 ……369
九、交流能力的训练 ……371
1.社交智能的培养 ……372
2.社交技巧的培养 ……375
3.社会生活的训练 ……379
第三章 2～3岁婴幼儿早教 ……381
一、婴幼儿的阶段特点 ……381
1.语言发展 ……381
2.独立交往 ……384
二、个性形成阶段—想独立 ……385
1.个性开始形成 ……386
2.宝宝的独立性发展 ……386
3.家庭是培养宝宝独立性的首要场所 ……387
4.2～3岁是培养宝宝独立性的关键期 ……389
5.2～3岁是培养平衡力的关键时期 ……390
三、户外活动 ……391
1.小小邮递员 ……392

2.走线 ……392
3.追泡泡 ……393
4.小白兔送松果 ……393
5.采摘大自然的果实 ……394
四、活用手 ……395
1.小小演奏家 ……395
2.花样叠罗汉 ……396
3.折手帕 ……397
4.穿珠子纽扣 ……397
5.夹玻璃珠 ……397
五、培养孩子的思考能力 ……498
1.认识大群体与小群体 ……398
2.了解顺序的概念 ……399
3.建立时间概念 ……399
4.理解基本的数字概念 ……399
5.掌握一些空间概念 ……399
6.亲子阅读、玩耍,边看边想 ……400
7.在“破坏”中研究 ……402
8.在游戏中启发宝宝思考 ……402
六、孩子的语言能力大跃进 ……404
1.宝宝的语言特点 ……405
2.宝宝的语言训练 ……406
3.提高宝宝的语言能力 ……408
七、培养孩子的道德观 ……410
1.品德教育的内容 ……411
2.如何培养宝宝的道德观 ……412
八、培养观察能力 ……414
1.从保护感觉器官开始 ……414
2.提醒和肯定宝宝的观察 ……415
3.引导宝宝进行有序观察 ……415
4.培养宝宝观察的多感官化 ……415

5.给宝宝一份意外的惊喜 ……416
6.让我们一起观察吧 ……416
九、批评孩子要讲究方法 ……420
1.一事归一事 ……421
2.要注意批评的时间和场合 ……421
3.批评要及时 ……422
4.批评时要尊重宝宝的想法 ……422
5.批评宝宝之前要让自己冷静下来 ……422
6.批评宝宝要给宝宝申诉的机会 ……422
7.批评宝宝之前可先进行自我批评 ……423
8.父母在批评宝宝方面要形成“统一战线” ……423
9.批评宝宝之后要给宝宝心理上一定的安慰 ……424
第四章 3～4岁婴幼儿早教 ……425
一.婴幼儿的阶段特点 ……425
1.3岁宝宝智力发育水平 ……426
2.4岁宝宝智力发育水平 ……428
二、针对其个性进行智能培育 ……433
1.丰富知识，开拓眼界 ……433
2.游戏开发宝宝智力 ……434
三、多做亲子游戏 ……438
1.小手小手变变变 ……439
2.小青蛙跳荷叶 ……439
3.钻洞洞 ……440
4.揪尾巴 ……440
5.照片上的人是谁 ……440
6.小鸭跳水 ……441
7.娃娃树 ……441
8.由小见大 ……442
9.捉太阳 ……442
10.不倒翁 ……442

11.油珠和水珠赛跑 ……443
12.撕一撕 ……443
13.捉空气 ……444
14.我会分 ……444
15.快乐小推车 ……444
16.摸一摸 ……445
17.听一听 ……445
18.打豆腐 ……446
19.老鹰捉小鸡 ……446
20.跳跃 ……446
21.平衡 ……446
22.颜色感知 ……447
23.虎口拔牙 ……447
24.倒蹬自行车 ……447
25.找物游戏 ……448
26.包糖果 ……448
27.青蛙过河 ……448
28.找一找 ……449
29.拍电报 ……449
四、做孩子的语言玩伴 ……449
1.宝宝不善表达的原因 ……450
2.生活中的语言训练 ……450
3.“语言玩伴”要遵守的原则 ……452
4.关于语言训练的小游戏 ……454
五、培养孩子好学的品质 ……456
1.父母和宝宝分享热情 ……456
2.用书籍包围宝宝 ……456
3.收起宝宝的玩具 ……457
4.从宝宝的爱好入手 ……457
5.提有水准的问题 ……458
6.不要用奖赏作为诱饵 ……458

7.适当的时候抽身而退 ……458
8.关注过程而不是结果 ……459
第五章 婴幼儿早教游戏…… 460
一.基本要求和特点 …… 460
二.益智游戏 …… 461
1.走小路 ……462
2.翻书 ……462
3.左右推动 ……462
4.学走路 ……462
5.独走 ……463
6.爬山坡 ……463
7.钻火车 ……464
8.爬高 ……464
9.开飞机 ……465
三、认知游戏…… 465
1.搔身哈哈笑 ……466
2. 旋转棉被 ……466
3.照镜子 ……466
4.亲子阅读 ……466
5.百宝箱 ……467
6.教宝宝懂礼貌 ……468
7. 玩沙水 ……468
8.认识三维 ……468
9.摇啊摇 ……469
10.音乐摇床 ……469
11.分水果 ……470
12.米缸寻宝 ……470
13.锡纸立体画 ……470
14.书本叠叠乐 ……471
15.化妆游戏 ……471
16.炊具音乐会 ……471

17. 看图讲故事 ……472
18. 宝宝看电视 ……472
19. 里面有什么 ……472
20. 听指令做动作 ……473
21. 听命令 ……473
22. 大自然的声音 ……474
四、动作游戏 ……474
1. 水蒸气指点点 ……474
2. 浴巾球 ……475
3. 自己吃 ……475
4. 攻城 ……476
5. 身上摘星星 ……476
6. 书上种小花 ……476
7. 追赶游戏 ……477
8. 拍水花 ……477
9. 踏步奇兵 ……478
10. 水底总动员 ……478
11. 投掷衣服 ……478
12. 小鱼游啊游 ……478
13. 倒水游戏 ……479
14. 推小球 ……479
15. 书本骨牌 ……479
16. 蹬气球 ……480
17. 撕纸、捏纸 ……480
18. 过独木桥 ……480
19. 倒退三步 ……481
20. 追小狗 ……481
21. 交朋友 ……482
22. 创意纸巾画 ……482
五、手指游戏 ……483
1. 抓住喜欢的东西 ……483

2.拇指食指做“夹子” ……484
3.用纸玩出花样 ……484
4.手指也“舞蹈” ……484
5.抓握游戏 ……485
6.触摸游戏 ……485
7.抚摸游戏 ……485
8.动指游戏 ……486
9.喂食游戏 ……486
10.手影游戏 ……486
11.手指兄弟 ……486
12.堆堆砌砌剃须膏 ……488
六、常识早教游戏 ……488
1. 戳不破的蛋壳 ……488
2. 乒乓球哈巴狗 ……489
3. 针为什么不见了 ……489
5. 水为什么会溢出碗外 ……490
6. 鸡蛋浮起来了 ……490
7. 杯子中心的软木塞 ……490
8. 玻璃杯放大镜 ……491
9.蜡烛跷跷板 ……492
10.半球旋转 ……492



上篇

婴幼儿早教初探

第一章 婴幼儿早教揭秘

一、初识婴幼儿早教

早教是早期教育的简称，是根据宝宝生理和心理发展的特点以及敏感期的发展特点，而进行的有针对性的指导和培养，为宝宝多元智能和健康人格的培养打下良好的基础。

“早教”在宝宝成长的过程中有着非常重要的意义，是宝宝成长过程中必需的一种来自心灵的重要营养素，父母应正确理解“早教”的真正含义，采取最合适的“早教”方式给予宝宝最适合的“早教”内容。

早教，广义上是指从人出生到小学以前阶段的教育，狭义主要指从人出生到小学以前阶段的早期学习。一些国家出现了宝宝提前开始学习读、写、算，提前开始接受正式教育的探讨和实验。也有人主张早期教育应重在发展智力。还有人认为早期教育应向前延伸到宝宝出生以前的妈妈怀孕期的胎教。

早期教育是全民终身教育的开端。目前，0～6岁的早期教育主要依托父母和幼儿园来完成，而幼儿园主要接收2.5～6岁的宝宝，0～2.5岁宝宝的教育工作是早期教育的薄弱环节，此年龄段的宝宝主要是以家庭内的教育为主。

近几年来人们从开始认为婴幼儿大脑处于蒙昧状态到慢慢认识到他们其实拥有巨大的学习潜能，因而竭力广度开发，深度挖掘。但在教育实践中

又发现，过度的、随意的、违反科学规律的开发，其结果可能会适得其反。其实，任何事物的发生发展都有它的规律性，早期教育也一样受制于客观规律。违背宝宝身心发展和早期教育的规律，必然难于取得良好的效果。

二、早教是重要的

婴幼儿早期教育是紧迫的、重要的。重视婴幼儿的早期教育已成为世人的共识，它牵动着亿万父母的心。婴幼儿时期是大脑迅速发育的关键时期。抓住这个关键时期，利用其脑神经的敏感性，进行早期教育，有事半功倍的效果。

1.保证身体强健

早教是身体平衡发展的需要，可以让宝宝得到健壮的身体。健康的身体是人生幸福的基础。早期教育是以身体健康教养为基础的，各种动作与体能训练是早教的重要内容。



2.保证大脑健康发育

早教是大脑健康发育的需要，可让宝宝获得充沛的脑力。新出生宝宝的脑重是成人的1/4；6个月

宝宝的脑重接近成人的1/2；3岁宝宝的脑重为成人的3/4，早教就是要保证宝宝大脑的健康发育。

3.保证智力全面发展

早教是智力全面发展的需要，可让宝宝获得高度的智力。人脑有1000亿个神经元组合而成。神经元之间的联系要靠外界环境的刺激。年龄越小，智力发展越快。如果成熟智商是100%，那么0～4岁宝宝的智商是50%。智力的不同结构与功能，通过训练才能有效开发。

4.保证自我个性成长

早教是自我个性成长的需要，可让宝宝具有美好的个性。尊重宝宝们的个性化差异与个性化成长需要，是早期教育的主要任务。



5.保证人格健康成长

早教是人格健康成长的需要，可让宝宝具有健全的人格。人的力量来自智力，更来自人格。婴幼儿时期是人格、心智成长的关键期。开阔的心胸、宽厚的品德、坚强的意志、崇高的情操、宁静的心态、坚定的勇气都需要在此阶段奠基。

6.保证精神和谐成长

早教是精神和谐成长的需要，可让宝宝具有智慧的精神。人的精神发展在婴幼儿阶段已开启。对爱的执著、对善的热爱、对美的追求，构成了人的精神领域。

7.保证心灵幸福成长

早教是心灵幸福成长的需要，可让宝宝具有幸福的心灵。人的幸福感是人的本质追求。教育必须关注人的心灵成长。而有些父母更多关注的是宝宝的身体，从而导致早期教育存在偏失。

三、早教是必要的

婴幼儿时期是宝宝神经系统发育最快、各种潜能开发最为关键的时期，是进行教育的好时机。早期教育的核心在于为宝宝提供一个教育营养丰富的环境，对宝宝的大脑发育和人格成长进行“激活”，从而为其日后的发展夯实基础。对宝宝进行的早期益智教育，也会在他们的脑海中留下永久印记。

宝宝需要从小就储存知识信息，构建学习的潜能。未来的学习是建立在早期学习基础之上的。如果宝宝充满好奇，喜欢探索，他就会觉得学习很容易，也很有趣，他与那些无早期学习经历的宝宝将会有显著差别！

父母有时会感到，虽然自己有了早期教育的意识，但是却不了解怎样进行早期教育，现行的教育制度已经存在很多年了，整个社会对早期教育的重要性都缺乏充分的认识。因此，一些父母常会说：“当我的宝宝进入学校，他就会开始学习……”其实，父母的这种想法是错误的。

大脑的发育与年龄的增加呈反比，很显然，人生的头几年，是进行快速学习的好时机。因此，在早期大脑发育的最佳时期，要丰富宝宝的生活环境，不要等到宝宝该上学了才考虑这个问题，那时学习的关键期早就过了。

当然，在人生头几年，宝宝也许会因好奇心的驱使去学习、探索，并反复练习直到成功地掌握某一技能。但后来当宝宝进入学校后，由于学校规范的管理，教学内容的限定，宝宝可能会发觉学习非常乏味、枯燥而且不自由（不得不遵守规定，还要承受强大的压力）。这时，父母就要想办法提高宝宝的学习兴趣了。比较好的方法是根据宝宝技能的发展状况，为他安排适当的活动，即进行必要的外部刺激，帮助他找到兴趣点，以培养宝宝对学习的兴趣。当然，不要总是选择太困难或太简单的活动和玩具，也不要逼着宝宝去追求成功，而应更加关注宝宝的学习过程是否愉快。

四、早教的要领

宝宝早教有一定的科学依据，父母要结合宝宝的心理特征，抓住早教的要领，才能达到事半功倍的效果。

1.要充分肯定宝宝的长处

俗话说：数子十过，不如奖子一长。父母跟宝宝讲道理，应充分肯定宝宝的长处，对宝宝的进步给予及时的表扬和鼓励，在此基础上再对宝宝的过错予以纠正，这样宝宝就容易接受大人的意见。如果一味地数落宝宝的过失，责怪宝宝这也不是那也不对，只会让宝宝产生自卑心理和逆反心理。

2.所讲的道理要合理

父母跟宝宝讲的道理应合情合理，不能信口胡说，也不能苛求宝宝，因为大人信口胡说，宝宝是不会服气的，父母的要求过分苛刻，宝宝是办不到的。例如，有的父母自己喜欢吃零食，却对宝宝大讲吃零食的坏处，如此，宝宝是不会听从的。

3.要给宝宝申辩的机会

父母跟宝宝说理时，宝宝可能会对自己的言行进行辩解，父母应给予宝宝申辩的机会。应该明白，申辩并非强词夺理，而是让宝宝把事情讲清楚讲明白，给宝宝申辩的机会，宝宝才会更加理解你所讲的道理，使教育收到良好的效果。



4.要了解宝宝的情绪状况

宝宝和成人一样，情绪好时比较容易接受不同的意见，不高兴时则容易偏激，因而跟宝宝讲理，父母要充分了解宝宝的情绪状况，最好在宝宝情绪较好时，对其进行教育，如果在宝宝情绪低落时跟他说理，是很难奏效的。

五、早教的目的——开发智力

据研究，一般人只用了大脑智力潜能的10%，尚有90%没有得到发掘及利用。倘若忽视了对宝宝智力的训练开发，他们的智商一般会显得较低。婴幼儿阶段，是宝宝智力开发的关键时期，是宝宝一生中最宝贵的潜能开发的时机。通过早期教育开发宝宝的智力能让他赢在起跑线上。

1.开发宝宝智力是适应现代教育发展的需要

现代教育不仅仅教授知识，更注重全面发展。通过对宝宝记忆力、观察力、想象力、思维能力、判断力等开发训练，可以使宝宝长大入学后，比较轻松地适应现代的素质教育体制，得到全方位的发展，增强自身的社会竞争力，从而在将来越来越激烈的社会竞争中站稳脚，赢得成功。

2.开发宝宝智力有利于培养各方面的人才

智力存在着一定的差异性，其个体差异主要表现为：智力超常、正常和低常；认知方式不同；各种智力成分的组合和使用不同；学习领域与非学习领域、表演领域与非表演领域、学术领域与非学术领域的不同等。因此通过开发宝宝的智力，有利于发现不同宝宝的不同发展方向，从而因材施



教，进行有针对性的开发训练，扬长避短，充分发挥宝宝的特长，使其长大后可以学有所成，事业成功；而且也有利于为社会培养各方面的人才，促进社会进步。

3.智力开发可提高全民族、全人类的素质

人是社会必不可少的组成部分，是社会最主要的构成要素，而婴幼儿阶段更是每一个人所必经的成长历程。

当代社会，脑力劳动越来越重要，在整个社会劳动中所占的比重也日益增大。所以从婴幼儿时期开始，就对其智力进行一系列训练开发，可为经济发展、社会进步夯实良好的人才基础；有利于提高整个社会的文化技术水平；有利于增加社会发展所需的多元化人才；对提高全民族、全人类的素质，格外重要。

六、早教的几个误区

家里有小宝宝，父母一定特别开心，虽然父母都爱自己的宝宝，但在不知不觉中，可能也会走入一些误区，从而阻碍宝宝的智力开发。

1.不准掰手指数数

有些父母教宝宝数数时，看见他们掰着手指头数，就会要求他们放下手，要求心里记。其实，这种教宝宝数数的方法，并不科学。宝宝数字概念的发展，通常是由口头数数开始，然后是点着实物数，接下来宝宝能够推算出总数，最后，才是根据抽象的语言数字拿取相等的实物。

宝宝掌握初步的数的概念，需经过由具体到抽象的过程。由具体到抽象是宝宝对周围事物形成各种概念的一般认识过程。所以在教宝宝数的概

念时，要从具体出发。从具体出发，就是要从接触具体的事物开始，从亲自摆弄、接触、看具体事物中获得有关物体数量方面的感性经验开始。这种对数量的感性经验越丰富，就越有利于宝宝形成抽象数的概念。

正确方法：数数时不妨让宝宝数数手指、衣扣、玩具等，让其从具体的东西开始学习。

2.过分溺爱

有时候，父母的精心呵护反而会“伤”了宝宝。比如，有些父母，总怕宝宝走路会摔倒，会累着，于是喜欢用车推着宝宝或是抱着宝宝，这样一来，宝宝活动量小，协调能力、大肌肉的锻炼都不够，活动能力就特别差。宝宝吃饭、穿衣、收拾玩具，家人总是包办代替，会造成宝宝的动手能力和自理能力差；宝宝和小朋友发生争执，父母挺身而出，为宝宝讨“公道”，这种看似对宝宝的爱，可能会使宝宝日后生活能力差，社交能力差，不敢面对外面的社会。

其实，宝宝有着惊人的适应能力。他们需要运动和交流，甚至稍微还要冒一点险，这样才能充分发掘他们身上的各种潜能。

正确方法：放开手，让宝宝自己收玩具，自己吃饭、摔倒后自己爬起来，这样能使宝宝更快乐，更有成就感。

3.过分专制

有的父母认为管教宝宝，就要从小做起，让宝宝绝对服从自己的意志。宝宝想要黄色的衣服，妈妈却认为紫色的好看，于是买下紫色的；宝宝想看《大耳朵图图》，妈妈却认为另外的历史故事更有意义……一切都是父母做主，宝宝没有任何可选择的余地，不听话就会挨批评。日久天长，宝宝就会变得畏畏缩缩，心里总是处于被压制状态，从而局限了宝宝的智力发展，宝宝变得胆小、怕事。

正确方法：假如宝宝提出的要求合理，父母应尽量尊重宝宝的选择，而不要把成人的思维强加给宝宝。

4.拔苗助长

有的父母对宝宝的智力发展和成长期望值太高，在教育宝宝的过程中操之过急，不遵循宝宝身心发展和智力成长的规律，“拔苗助长”，却往往适得其反，造成宝宝负担过重，难以适应压力而产生消极的心理倾向和行为。

正确方法：对宝宝来说，学就是玩，玩皮球锻炼宝宝的眼、手、脚的协调能力；玩积木锻炼宝宝的创造力；玩插片锻炼宝宝的动手、动脑能力……这些玩的能力都有利于宝宝今后的学习。

5.完全照书本养育宝宝

许多父母以书为标准喂养宝宝，有的过分认真地执行书本上的要求，认为这样才是科学的。比如书上说宝宝8个月会爬、1岁半会串珠子，如果自家的宝宝不会，就异常着急，以为是宝宝的智力发育有问题。其实，书本上的知识和要求不一定与宝宝的实际情况相符。宝宝有的可能说话早些，有的可能走路早些，每个宝宝的成长路线都是不一样的。

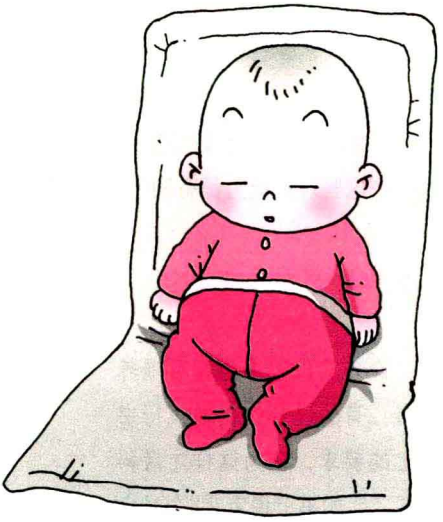


正确方法：父母可以把书

作为参考，一旦觉得宝宝与书上说的哪点不一样时，不要着急，要综合考虑宝宝的发展，比如，宝宝不会爬是不是因为穿得多啦，不会说话是不是因为没给他说话的机会……

6.以宝宝为中心

有些父母在吃饭时，有好吃的要先给宝宝，宝宝要爱吃哪样，父母就不能动。这样一来，宝宝觉得只有这样才是正确的，如果哪天父母吃了他爱吃的东西，他会哭闹，而且宝宝在与小朋友的交往中，也会以自我为中心，认为只有自己重要。这样的宝宝会变得不懂分享，不懂爱。



正确方法：把宝宝看成是家庭成员之一，吃东西时，无论父母爱吃与否，也要让宝宝分给每人一份，让宝宝学会分享，懂得关爱。

7.满足宝宝的所有愿望

宝宝想要某个玩具，想吃肯德基，父母一定要满足他吗？其实不一定。无节制地满足宝宝的要求，会让宝宝觉得得到任何东西都是理所当然的。而人对于太容易获得的东西往往也不会珍惜，而且从中获得的乐趣也就失去了。

正确方法：宝宝想要买某个玩具，可以对他说，假如坚持一周都去幼儿园，妈妈就买给你。要是宝宝想吃麦当劳，可以告诉他生日的时候在这里开生日PARTY……这样让宝宝有一种期待，有一种追求的愿望。但父母要注意一定要实现自己的承诺，不能骗宝宝。

8.父母替宝宝道歉

2～3岁的宝宝一起玩时，宝宝把别人打哭，这时有些父母会挺身而出，替宝宝道歉。这样一来，宝宝既认识不到自己的错误，也没觉得这样有什么不好。他长大后可能就不会自己承担责任。

正确方法：对于宝宝做错的事情，父母要及时给予纠正，因为宝宝不知道怎样做是正确的，怎样做是错误的，正误都需要父母指引。父母要告诉宝宝打人是不对的，要向人道歉，让他自己承担后果，这样才能让他分清对与错。

9.与出生不久的宝宝说话没必要

父母是宝宝学习语言的第一任老师，对宝宝语言发展有深刻影响。宝宝脑内的“听觉地图”大概到1岁左右完成，在此期间，给宝宝输送越多的有意义的声音，越能促进宝宝脑内主管听觉的神经元的敏感性。另外，宝宝获得的词汇量的多少，很大程度上取决于妈妈对宝宝说话的数量。

正确方法：当妈妈给宝宝穿衣服时，当妈妈给宝宝喂奶、换尿布时……可以告诉他：妈妈在给你换衣服，凉不凉啊？伸伸小胳膊、抬起头等。也就是说，要尽可能地与宝宝多说话，这是发展宝宝的语言能力所必不可少的。当到了一定时候，宝宝的语言会突然爆发，于是很多话就都会说了。

10.你唱红脸我唱白脸

有些父母总是在教育宝宝上不能达成一致，因此在教育宝宝的问题上常有分歧。总是出现妈妈惩罚宝宝，爸爸替他说情；或者爸爸对宝宝发火，妈妈为宝宝辩护等。有的父母因为教育宝宝的问题，还会互相指责，长此以往，宝宝不但可能对父母不尊重，而且可能会产生投机心理，谁护着他就找谁。

正确方法：作为夫妻双方，在教育宝宝上要一致，私下多沟通，不要当着宝宝的面争吵。当一方教育宝宝时，即使说的不对，另一方也不要当着宝宝的面指责。

11.父母的冲突不会影响婴儿

大多数父母都知道，夫妻当着学龄期宝宝的面吵架是一件令宝宝紧张的事。但他们中的许多人并不知道，当着初生宝宝或尚不会说话的宝宝争吵，也会影响宝宝的思想或情绪。



当家庭中父母冲突升级时，8个月至2岁间的宝宝通常都会变得非常着急，并懂得要努力去阻止父母间的冲突。2岁以上的宝宝，在目睹父母之间或陌生人之间的吵架场面后，会很快在与同伴的交往中模仿大人气势汹汹地说话，行为举止也可能会变得非常粗野。由此可见，父母应尽量避免在任何年龄段的宝宝面前争吵。

正确方法：在宝宝面前，父母要学会克制自己的情绪。如果觉得克

制不住，就索性走出家门，当情绪平静了再回来。不要当着宝宝的面大吵大闹。

12.物质奖励

奖励宝宝本质上并不是坏事，但是，父母必须明智地去选择何时何地用何种奖励。如果宝宝做什么事都期望获得物质奖励，那么没有得到物质奖励的时候，宝宝就会变得灰心丧气，他们甚至会认为没有物质奖励的事情不值得去做。物质刺激的确能对宝宝的行为产生巨大的影响，使宝宝有高度的积极性，可是产生的效力却是短暂的。不能只考虑物质刺激给宝宝带来的短期效应，而不考虑给宝宝造成的危害。从长远来看，这种手段注定会产生不良的影响。当宝宝受到多次物质刺激后，就会变得越来越依赖于物质刺激，甚至做一点普通的事也是如此。因此，父母应当慎用物质刺激，而多用精神鼓励的方法，给宝宝以精神上的激励。

正确方法：比如，当宝宝能按时起床，自己穿衣服时，父母要及时表扬，夸他："你真棒！"或是亲一亲他。

七、早教的注意事项

婴幼儿时期，宝宝具有非常大的潜力，教育开始得越早，越有利于宝宝潜在能力的发挥。但是，父母对宝宝的早教，千万不要盲目，为了宝宝的健康成长，父母要注意以下事项。

1.不要着急，不要比较

宝宝在不同的阶段，会发展出不同的能力水平，如果对他的要求超出了这一实际水准，难免有些强人所难。尤其是尚小的宝宝，有时候差几

个月，身体和智力的发展就会有很大差别，了解了这一点，父母就不要太着急了。此外还要避免与其他宝宝作无谓的比较：隔壁邻居家的宝宝早就会拍球了，谁谁家的宝宝早就会说英语了……其实这是没有意义的。每个宝宝都有自己成长的节奏，有可能在这些方面比别的宝宝稍慢一点，而在另外一些方面稍快一点，这都是正常的，要求宝宝样样事情不能落后于别人、都要跟别人一样或者比别人好，那就太想当然了。话说回来，即便宝宝一直都学不会拍球又有什么问题呢？据说列宁一辈子都没有学会发大舌音（俄语中最难学的一个发音），这也并不妨碍他成为一个伟大的人。宝宝的能力发展能够全面当然很好，可是要求他百分之百“全面”，那也同样是不切实际的。

2.不要低估对宝宝的爱心，不要打宝宝

传统的中华民族表达感情是比较含蓄的。作为父母，要冲破传统的表达方法，把爱用语言表达出来，让宝宝直接地感受到，将宝宝包围在这种爱的氛围中，是建立亲情的有效方法。另外，父母不要打宝宝。宝宝是一定会犯错的，但要记住，他并不是故意的。宝宝在2岁的时候就会撒谎，若是打他，只会让他产生更大的压力，甚至继续撒谎。正确的做法是告诉他什么是对的，而不是责备他甚至打他。



3.不要“拔苗助长”

有很多父母对早教有着不符合实际的期望值。有些父母觉得，应该及早为宝宝做好上学的准备，让一个4岁的宝宝提前掌握小学的知识内容。这样“拔苗助长”，其实是父母在宝宝的早期教育中急过了头，忽略了学习的基础。学会思考，才是学习其他知识的前提。早教一方面要适应宝宝思维发展水平，另一方面也要帮助宝宝掌握思维方法。

4.不要追求“标准答案”

在应试教育中，都会有一个标准答案，只有答出标准答案，才算满分。但是现实生活并没有这样的答案。社会是变化的，宝宝的未来是要自己创造的。所以父母要在宝宝的婴幼儿阶段培养其创造性。优秀的早教引导人，经常使用的方法是引导宝宝思考，发现并鼓励他们的新想法，在创造性方法的运用中提高宝宝的创造能力。

5.不要总是让宝宝单独活动

让宝宝全面和谐发展，培养良好的个性，是当前世界婴幼儿教育的一个重要趋势。婴幼儿时期，是个性形成的重要时期。宝宝老是自己玩，或者总缠着父母，其个性上很难得到平衡的发展。让宝宝融入团体中，在集体中与他人交流和玩耍，才是一种互相作用，彼此促进的良性发展。婴幼儿教育基础扎实，性格才能均衡发展。

6.不要忽视自己在宝宝早教中的角色

许多父母虽然接受了早教的理念，但实际上并没有尊崇早教的理念。比如一些父母，只管每次带宝宝去上课，一周一两次，陪着上课就算完成

了“早教”任务，就期待宝宝能真的得到智力的开发和能力的提升。但实际上，效果微乎其微，究其原因不是早教学校的问题，而是父母忽略了早教学校和家庭早教的衔接关系。

①宝宝在早教学校学习的内容需要父母在生活中给予必要的重复和强化，这是由宝宝的认知特点决定的。

②早教学校的教学理念也需要父母在生活中给予贯彻，以统一的标准让宝宝接受持续的教育，而非学校一套，回家就变成另一套，这样的双轨早教成效可想而知。

很多父母不知道怎么去爱宝宝，还是用传统的方式教育宝宝，即使上早教课，也是把早教推给学校，自己却很少与宝宝进行互动。其实对于婴幼儿来说，关键是学习兴趣的培养，而不是知识的灌输，这需要父母和早教学校同步去做。

比如学小提琴，应先通过音乐课程让宝宝先享受拉小提琴的乐趣，一旦他们发现自己对小提琴感兴趣，父母就无须强制他们，他们会自觉自愿地去学。回到家，父母仍然需要让宝宝去享受，而不能用强迫的方式逼宝宝去学琴，这对于早教的成效至关重要。

由于中国的早教理念还不太成熟，父母们需要更多引导，了解更多的早教理念，所以除了课后贯彻早教课上的内容，父母也应该和宝宝一起在早教中体验学习的过程，感受学习的快乐和成就感。

7.不要回避对宝宝的性教育

视“性”如洪水猛兽，不让宝宝接受性教育，这是中国父母常犯的一个错误。而实际上，性教育是宝宝的必修课，为什么要这样说呢？当宝宝长大一些，许多父母会发现很多跟宝宝有关的性信息就来了，这个问题会让父母感到特别困惑，因为父母不知道该怎么回答。比如宝宝常问的一个问题：“妈妈，我是怎么来的？你怎么生的我啊？”妈妈就会很难回答。甚至宝宝还会问更复杂的问题，父母更不知道该怎么回答。所以，父母应

在这方面做好充分的知识和心理准备。其实，对宝宝进行性教育，是很有必要的。

8.不要对宝宝说的话或做的事

父母的语言对宝宝的成长有至关重要的影响。如果父母经常说一些不该说的话，就会严重影响宝宝健康心理的形成与发展，很不利于宝宝的健康成长。

在日常生活中，父母要珍爱宝宝的自尊心，应该注意以下几点：

①父母要注意场合，不要在大庭广众下粗暴地讽刺、挖苦和训斥宝宝，应多采取正面引导、个别谈心的方法，以情动人，以理服人。



②当宝宝做错了事时，不要训斥和责怪，应弄清宝宝的动机和缘由，再加以引导，帮助宝宝找原因。

③在教育宝宝时，要注意针对性，就事论事，不要把从前的“历史问题”和“陈年旧账”抖出来，唠叨个不停，使宝宝灰心丧气，以致自暴自弃。

④对宝宝要求适度，不要过分严格，应适当放松要求。在过分严肃的背景下长大的宝宝，往往缺乏自尊心，有过分依赖的心理；相反，对

待宝宝的缺点也不能放纵和姑息迁就，要在不损伤宝宝的自尊心的前提下，采取循循善诱的方法，使宝宝克服缺点。

⑤当宝宝取得成绩和进步时，对父母而言，哪怕是多么微不足道，也应及时给予表扬和肯定。

⑥不要总是当着宝宝的面夸奖别的宝宝，并与之相比较，这样容易使宝宝产生自卑心理。

八、早教要根据婴幼儿的特点进行

宝宝在婴幼儿时期是最可爱的，却也是最调皮和难管的，每天应对宝宝的吃喝拉撒已经累坏了的父母，当宝宝出现各种情绪状况时，更是急得不得了。其实父母大可不必惊慌，每个宝宝都不是天生的捣蛋鬼，只要了解宝宝在不同阶段的情绪特点，问题自然就迎刃而解了。

父母越了解宝宝在各个成长阶段的行为特征，越能有效地配合宝宝的年龄和个性对其进行早教。



1.婴幼儿的生理心理特征

宝宝的身心发展是有先后次序的，早期教育必须在适宜的生理成熟度的基础上进行适时的训练，才能取得良好的效果。过早或过晚都达不到预期的效果，还会对宝宝造成一定的伤害。因此，父母应该了解宝宝身心发展的生理心理特征。

上　篇

婴幼儿早教初探

婴儿期是学前期以前的一个阶段，又叫做先学前期。这一时期是在前一时期所获得的成就的基础上发展起来的。通过前一时期的发展，宝宝开始能够初步地独立活动，能理解和运用最简单的言语。在这些成就的基础上，环境和教育就有可能向宝宝提出新的要求，要求宝宝能够自由地独立行走、操纵物体、进行言语交际，并且初步理解周围事物。当这些新的要求变成宝宝的需要并且跟宝宝已有的发展水平发生矛盾的时候，就推动宝宝心理向新的、更高的水平发展。这样，宝宝生活范围逐步扩大了，活动能力也日益提高了，独立性开始有了明显的表现，因而从本质上改变着宝宝和周围事物的关系。

在婴幼儿期，宝宝的心理发展有了极其重大的变化。

①在这个时期，宝宝学会了随意地独立行走，这就扩大了他的生活范围，手的动作也有了相当的发展，因而可以准确地玩弄和操纵他所熟悉的物体。

②在这一时期，宝宝的言语在迅速地发展着。他不但能理解成人的言语，也能够运用语言跟成人进行交流。词的概括作用和对行为的调节作用（遵从成人的指示），也初步发展起来。

③由于动作和言语的发展，宝宝开始做最初的游戏活动，同时有可能逐步开始进行最简单的模拟活动和自我服务性的劳动。这在宝宝心理发展上有重大的影响。

④在宝宝初步的独立活动中，宝宝心理有了进一步的发展。在摆弄物体和初步游戏及其他活动的过程中，宝宝能更好地认识和理解事物，特别是在言语的帮助下，宝宝开始能对事物的性质进行最初步的综合和概括，从而加深了对于物体和现象的认识。但同时由于他的经验还比较贫乏，语言能力还较差，因而各种心理活动都带有明显的直觉行动性。这就是说，各种心理活动总是受他当前直接感知的事物和实际活动所制约。认识的抽象概括性和计划预见性还很差，注意力和情绪也都很不稳定。所以，父母要依据宝宝的实际情况，逐步引导宝宝心理向更高的水平发展。

2. 根据婴幼儿的特点进行早教

每个宝宝都是不同的。父母要做的是：了解宝宝的特点，理解他，创造适合他成长的环境。但是很多父母缺乏对宝宝的正确理解和认识，用社会上统一的“成才标准”去要求宝宝，结果不但不利于宝宝成长，还可能埋没原本很聪明的宝宝。所以身为宝宝的第一任教师，父母应该时刻关注宝宝每个阶段的特点，并根据这些特点进行智力开发。

(1) 不同年龄阶段的婴幼儿早教的特点

不同年龄、不同个体的宝宝早期教育的重点不同，而不同年龄阶段的婴幼儿早期教育特点也是不同的。

早期教育是为了培养身心健康的宝宝。早期教育可以分成两个阶段：第一阶段是0～3岁，第二阶段是3～6岁。在早期教育中最重要的是0～3岁，这是人生的第一步，中国有句古话叫“三岁看大”，可见0～3岁这个阶段是很重要的。这期间宝宝个性的各个方面都已经有明显的表现，他的智力、性格、兴趣爱好、对人对事的一些态度都有所表现，所以要很重视第一阶段的培养。

(2) 早教要分阶段进行

①第一个阶段是0～3岁的教育。这个时期是宝宝辨认生熟人的关键时期，其辨认人的主要部位是脸部。经常与宝宝接触的面孔，他就会越来越熟悉。宝宝已具备了从面部上辨认五官细微差别的能力。因此，父母可以经常给宝宝看一些简单的图形、字形和简单的物体，如小玩具、小用品等，同样能收到辨认的效果。

父母可以一边清楚地发音，一边指给宝宝辨认的对象，这样反复训练，宝宝就能根据大人说出的单词，去寻找相应的“物”。父母应遵循先用差别大的再逐渐用差别小的、先简单后复杂的规律，逐步培养宝宝的记忆能力和辨别能力。这个时期也是培养宝宝良好生活习惯的关键时期。

②第二个阶段是3～6岁的教育。这个时期是宝宝学习和掌握口头语言的关键时期。随着宝宝学会了行走，活动范围的扩大，所见所闻的增多，

一般家常语言难以表达他们的心理活动。这一时期，宝宝特别容易吸收外部的语言，父母应抓住这个时期，开拓他们的视野，传递准确的语言。

这个时期，宝宝的心理活动活跃，他们有扩大活动范围、接触新鲜事物和增加活动内容的强烈愿望。父母应根据宝宝的特点，有意识地让宝宝多参与同龄人的游戏和其他有益的活动，引导宝宝多观察多思考，不失时机地培养宝宝的口头表达能力。这一时期，宝宝的模仿能力也很强，父母可以适时地教给其一些简单的操作，如系鞋带、拿笔写字等。同时，还可以培养和发展宝宝的兴趣和爱好。在培养宝宝良好生活习惯的过程中，父母应该开始对其道德品质的培养。

3. 根据宝宝特点发现其学习类型

当宝宝们开始转动眼珠，偶尔微笑时，父母就该开始考虑如何教育宝宝了。可是，每个宝宝都有其自己的特点，父母应怎样指导宝宝学习呢？



宝宝可以分为三种学习类型：视觉型、听觉型、运动型。这并不是说宝宝光用视觉、听觉或者运动的单一途径进行学习，而是说不同宝宝的某一个感觉通道比其他感觉通道更敏感。因此要充分发挥他们的长处，采用更有效的方法，让他们发展得更好。

（1）发现视觉型学习宝宝

如果你的宝宝是个喜欢“看”的宝宝，对于图片上的故事理解得也很

快，那父母应给他买一些识字卡片，这样他会一个人玩得很开心。

如果宝宝很喜欢爸爸买的机器人，绘画能力比一般宝宝都好，可以经常画出一些让父母都吃惊的富有艺术性的图画，那么，按照学习的“通道论”来看，宝宝的学习类型是典型的视觉型。

视觉型宝宝的特点：观察力敏锐；对于图形很敏感，喜欢画画和拼图；不太爱说话；动手能力强，喜欢拆拼或组装玩具。

适合视觉型宝宝的游戏——“创意拼图”：购买一些智力拼图器材，或把杂志彩色的人物图片剪下来，例如植物、风景、人物等，让宝宝说说都是什么植物，都是哪的风景，都是谁等（可以给予提示，如果宝宝无法表达确切的植物或风景种类，可以让宝宝说出大致的类别）。然后，父母可以把这些图片分部分剪开，让宝宝重新任意组合，使各个部分搭配好，并用胶水贴在白纸上。将宝宝拼出来的图一点点地向他解释，让他了解事物各个部分的概念。这个游戏可以让视觉型的宝宝学会关于整体和部分的知识。

小贴士：

●可以在吃饭时间给宝宝看红色的小旗子，睡觉时间用蓝色的闹钟提示，游戏的时候坐在绿色的环境里。这样不但能使宝宝从不同的色彩中获取不同的信息，而且还可以让他从小就能培养良好的时间观念。

●要多鼓励宝宝去观察生活中的细节，并努力把它画出来。这样不仅丰富了宝宝的生活视野，又可以培养宝宝做个细心的人。

(2) 发现听觉型学习宝宝

如果宝宝最激动的时刻就是家里有音乐的时候，只要电视机在播放歌曲或者音响一开，宝宝就会非常开心地挥舞着胳膊，两只小腿也不停地摆动，还很会踩节奏，虽然宝宝说话还不是很流畅，但是特别喜欢跟着音乐发出咿咿呀呀的声音；宝宝还很喜欢听父母给他讲故事，偶尔会重复故事里面他觉得有趣的词。那宝宝的学习类型属于听觉型。

听觉型宝宝的特点：语言表达能力强；喜欢听故事或讲故事；喜欢音乐、戏剧及有表现力的活动；听觉灵敏，容易分散注意力。

适合听觉型宝宝的游戏——“寻找反义物”：把大皮球、小皮球，白纸、黑纸等实物或图片放在桌子上，让宝宝看一下，并说出名字（尽量选取宝宝认识的简单物品，但在性质上是相反的）。接着开始做游戏，父母任意取出一件说：“这是白纸。”要求宝宝找到黑纸，并说：“这是黑纸。”以此类推。宝宝会玩后，可以只说单词，如父母指着皮球说：“大皮球。”宝宝就要指着小皮球说：“小皮球。”或由宝宝先说，父母进行配合，也可以用动作做游戏，如父母和宝宝都坐在地板上，父母举左手，宝宝就举右手。这个游戏可以让听觉型的宝宝更快更多地掌握意义相反的词，培养其思维的敏捷性。

小贴士：

●可以通过大声朗读朗朗上口的儿歌或简单的故事让宝宝记忆知识。

●因为宝宝对语言很敏感并易于接受，要多用鼓励性的语言激励宝宝的学习热情。

(3) 发现运动型学习宝宝

如果宝宝是家里的调皮鬼，总也安静不下来。在宝宝玩的时候，很难让他静下来安分地坐一小会儿。妈妈总是抱怨说：“宝宝两分钟都坐不住，宝宝走路还不太稳，很让人担心。”那宝宝是典型的运动型学习宝宝。



运动型宝宝的特点：性格外向，活泼好动，“做”总是比“听”和“看”多；身体的运动协

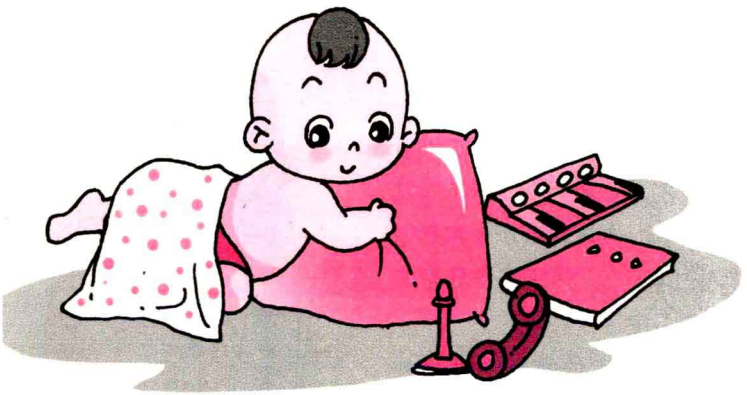
调性强，喜欢节奏感强、技巧性高的活动；有着强烈的好奇心；精力充沛，如果不加以引导管理，很容易被人看做“多动症”。

适合运动型宝宝的游戏——“劳动最光荣”：将宝宝平时会用到的沐浴露、玩具、小碗和小衣服等放在桌子上，让宝宝去归类。首先，让他说出这些都是什么，用来做什么的，然后让宝宝把物品放到合适的地方去，譬如，沐浴露放在漱洗室，如果宝宝放不到合适的位置，父母可以协助；玩具放在自己的玩具箱里；小碗放到厨房，爷爷奶奶也可以跟着，但绝对不能插手；自己的小衣服放在自己的小衣柜里面等。通过这样反复的练习，宝宝不但能把自己的物品摆放整齐，也让他参与了劳动，锻炼了劳动能力。

小贴士：

●多用实物和玩具来帮助宝宝学习知识，让宝宝在玩中学、做中学。

●手势语言对运动型宝宝的学习是很有帮助的，因此宝宝应注意多使用手势语言。



第二章 早教与婴幼儿智力

智力开发就是在婴幼儿具备某种能力之前的适当时期内，给他们提供恰当的感官刺激，促进大脑的发育，以加速婴幼儿的先天潜能变为现实的能力，也就是给感官以合理的刺激使它们增加反应的敏感性，启发婴幼儿的潜在智力。

一、早教开发宝宝哪些智力

作为个体，每个人都同时拥有相对独立的七种智力，即言语—语言智力、逻辑—数理智力、音乐—节奏智力、视觉—空间智力、身体—动觉智力、自知—自省智力和交往—交流智力。这七种智力在现实生活中错综复杂、有机地以不同方式、不同程度组合在一起，而不是绝对孤立、毫不相干的。而它们在每个个体身上的不同组合，使每个人的智力都有其独特的表现方式和特







点。因此，父母对这七种智力了解得越多，越能更好地开发训练宝宝的智力，提高其智商，为宝宝将来更好地适应社会竞争打好基础。

1.言语—语言智力

婴幼儿的言语—语言智力与一般意义上的智力发展有着直接的关系。传统智力的内涵之一就是语言认知和理解能力。一般语言智能发展良好的婴幼儿，较擅长表达，其概括、判断和推理能力也较好，即思维发展水平较高。

每个婴幼儿生来就具有获得语言的潜在能力，这种潜能存在于自身的器官和智力天赋中。但影响宝宝言语—语言智力发展的因素很多，除语言器官及大脑皮层语言中枢区的发育成熟外，还有周围的语言环境等因素。因此真正对宝宝的语言发展起关键作用的是语言环境，是父母教育和训练宝宝语言智力的方式。

(1) 语言智力是什么

语言智力是指一个人获得和使用语言的能力，包括语言接受能力和语言表达能力。简而言之，语言智力就是听、说、认、读、写、口语及文字的理解能力和应用能力。语言智力表现为个人可以顺利而高效地利用语言描述事件、表达思想并与人交流的能力。

语言是最广泛、最公平地在人类中得到分享的一种智力，是人们之间互相沟通、互相交流的一种工具，是传递信息的一种载体，是所有智力得以表现和表达的一种重要途径。人类语言智力的发展，可以促进其记忆能力、注意能力、观察能力、理解能力、想象能力、概括能力、创新能力以及抽象思维能力的提高和拓展。

(2) 如何开发宝宝的语言智力

语言能力的培养要从宝宝“咿呀”学语阶段开始，并贯串整个孩童期。那么作为宝宝第一任教师的父母该如何有意识地培养其语言能力呢？

对于许多父母来说，智力好像过于深奥和神秘，于是常会产生一种错觉，他们认为宝宝的智力是天生的，后天很难开发培养。其实，如果父母仔细观察自己的宝宝，就不难发现宝宝在成长过程中，有许多的规律和特点。父母倘若可以根据这些规律和特点，对宝宝进行科学有效的训练，将宝宝的智力开发并提高就不再是件难事。

在宝宝的成长过程中，需要父母积极的引导，并不断对宝宝的语言智力进行科学的训练开发。只有这样，开发宝宝的语言智力才不会成为一句空话。

①父母应培养宝宝对语言的好奇心。好奇心是我们不断学习知识的最原始动力。不管我们学什么，最先产生的就是一种好奇心，有了好奇心，我们就会产生学习的欲望。宝宝学习语言亦是如此。倘若宝宝对语言没有好奇心，他就没有兴趣去学习语言，自然也就没有继续学习和探索的动力，那么他的语言智力发展就会比较缓慢。与此相反，如果父母在宝宝很小的时候，就开始注意培养宝宝对语言的好奇心，宝宝自然会对语言产生浓厚的兴趣和学习的欲望，就会主动地去学习。



那么，怎样培养宝宝对语言的好奇心呢？其实方法很简单。父母可以经常对宝宝进行

语言和各种优美声音的刺激，经常给宝宝朗读诗歌散文、讲故事、唱儿歌等，以引发宝宝对父母所用语言和声音的向往，进而激发宝宝学习语言的欲望。

但应注意的是，父母对宝宝进行语言和声音的刺激时，要适可而止，时间不宜过长，以免宝宝产生厌烦心理。此外，父母在对宝宝进行语言刺激时，不要着急让宝宝开口说话，否则会违背宝宝的语言发展规律。

②宝宝的语言智力越早开发越好。语言作为一种智力与潜能，对宝宝的天才思维极为重要。语言智力越早开发，对宝宝的成长就越有利。

其实，从宝宝出生的第一天起，父母就可对宝宝进行语言智力方面的开发训练，这对宝宝今后的语言发展将产生极为重要的影响。别外，在准妈妈怀孕5个月时，宝宝就已具备听觉功能，如果父母常常与胎儿说说话，呼唤宝宝的名字，会使宝宝在娘胎里就熟悉父母的声音。

总之，父母应明白，对宝宝进行语言教育和智力开发是其义不容辞的责任。从宝宝诞生之日，到宝宝能熟练的运用语言与别人进行交流，都离不开父母的教育与引导。如果没有语言环境，宝宝是不可能很好地发展语言智力的。

③父母应为宝宝创造语言环境。刚诞生的宝宝，还不了解语言究竟是什么。所以，许多父母认为：既然宝宝不了解语言，也就没有跟宝宝说话的必要了；即使和宝宝讲话也是没有什么意义的。其实，不和宝宝说话是完全错误的养育方式。因为即使宝宝不会说话，不了解语言是什么，但是，父母对宝宝所说的话都会持续不断地灌输到宝宝的大脑中，这种语言刺激会对宝宝的脑细胞产生非常惊人的影响，只不过这种影响在表面上是看不出来的。

宝宝语言的发育有这样三个阶段：一是发音阶段，二是理解语言阶段，三是语言表达阶段。在宝宝出生以后，父母就可以有针对性地训练引导其发音，父母要不断地和宝宝进行交流，尽可能多地把语言信息存储在宝宝的脑子中，这样非常有利于宝宝以后的语言发育。

宝宝出生后6个月的这段时间内，其脑细胞快速地成长，如果宝宝在这

个时期接受了比较丰富的语言刺激，那么，在宝宝的大脑中就会有优秀的语言回路打开，就可以培养出脑细胞发达的宝宝。

宝宝1岁左右的时候，父母应当鼓励宝宝发一些单字的音，如爸爸、妈妈等。这时候主要是给宝宝创造一个说话的环境，给宝宝说话的机会。这时候宝宝有可能只是用一些动作表示其心中所想，倘若父母很容易就满足其要求的话，可能会不利于宝宝的发展。那么应该怎么做呢？父母可以把宝宝心中想要的东西的名称告诉他，并且告诉他此物的特点或者是做什么用的等，例如，皮球，圆的；足球，用脚踢的；凳子，用来坐的……这样多次之后他或许就会说“球”“凳”等。因此父母一定要给宝宝创造语言环境、听的刺激和说话的机会，这样宝宝的语言能力就会发展得比较迅速。宝宝生长环境中的所得、所见、所闻等，可以刺激其脑细胞，把一些重要的印象刻画出来。宝宝的脑细胞就是由于获得了这些刺激而成长发育的。所以，对于刚出生的宝宝，父母应该为其创造一个丰富的语言环境，这样才有可能培育出一个语言能力较强的宝宝。



总之，宝宝的语言环境是父母与宝宝共同构成的，是父母与宝宝相互交流的情境，父母对宝宝语言智力发展的关注和宝宝在婴幼儿时期语言活动的自主倾向，共同创造出了一个宝宝自己积极参与其中的、动态的语言环

境。对宝宝而言，理想的语言环境应包括以下四点：

应多给宝宝准备一些他比较感兴趣的玩具、物品和材料，引导宝宝在玩游戏的过程中，一边探索一边说出它们的名称和功能。

应常常带宝宝走出家门到商店、动物园、公园等场所，从多种场合不断观察、体验、丰富和充实宝宝的语言经验，增加宝宝学习和表达语言的愿望。

应不断鼓励宝宝与人进行交往，因为语言智力发展是一种不可抑制的人类特性。当宝宝有自己的表达意愿时，要尽可能地让宝宝自主表达出来，因为这时候他大脑中的一些消极词汇会转变成积极词汇，并产生由听到说的愿望。

应经常让宝宝听儿童广播、看儿童电视和图书，形成亲子共读的读书时间和环境，这样可使宝宝在学习、欣赏文学语言的同时，激发其表达自己的愿望，不断发展其语言智力。

④父母要应答宝宝的喃喃自语。宝宝出生2个月后开始会发出“噢”“啊”“咿”等声音，也许是父母出现在其面前时，也许是宝宝吃饱睡足精神状态好的时候等。对宝宝的这种喃喃自语，父母务必要做出应答，可对宝宝说：“你好，宝宝。”“和妈妈笑笑！”之类的话。虽然宝宝的发音与表达某种意思的语言不同，但是当他对着父母发出某种声音时，就表示宝宝已在和父母对话了，如果父母对宝宝的话语做出了回应，会使宝宝感受到“说话的乐趣”，会激发他再次发音的欲望；如果父母对宝宝的“话语”没有任何反应，他就无从产生“说话的乐趣”，可能就会失去再次发音的欲望。

⑤宝宝发音时，父母可以爱抚来奖励。要想开发宝宝的语言智力，让其早日学会说话，最重要的是要激发宝宝发出声音、说话的欲望。这并不很难，只要在宝宝咿呀学语的时候给予其适当的奖励即可，如摸摸宝宝的头、抱抱宝宝、亲亲宝宝之类的爱抚，这会使宝宝产生一种满足感与安全感，进而激发宝宝再次发音、说话的欲望。

⑥父母应经常呼唤宝宝的名字。或许很多人不明白，呼唤宝宝的名字

与发展宝宝的语言智力有什么关系。一般情况下，宝宝半岁以后就对自己的名字开始有了意识，别人叫他的名字时他会有所回应。宝宝知道了自己的名字，等于认识到自己和别人是不同的，是自我意识的一种早期表现，而这种自我意识往往会促使宝宝产生自我表达、与别人说话的欲望。

(3) 父母在开发培养宝宝的语言智力时需注意的问题

培养宝宝语言能力的方法丰富多样，父母要针对自己宝宝的生理和心理特点，抓住宝宝的学习兴趣，选择适当的时机，使用科学的方法训练开发其语言智力。但训练开发应遵循寓教于乐的原则，这样才可以使宝宝在轻松自由的状态下不知不觉地提高语言能力，并为入学后的学习打下牢固基础。

①使用规范的普通话。普通话直接与宝宝将来入学后的学习相衔接，而方言则作用不大。因此在宝宝“咿呀”学语阶段，应让宝宝多接触规范、标准的普通话。父母说话时应尽量口齿清晰、用词准确，富于表现力，并且不用方言、儿语，如“桌桌”“椅椅”之类。父母一开始就应尽量为宝宝提供规范的“范本”。



②使用丰富的词汇。父母用词应尽量丰富多样，避免语言单调贫乏。比如，与“美丽”相近的词可以说“漂亮”“靓丽”

等；用于形容“色彩”的词有“五彩缤纷”“五颜六色”等。

③重复新词语，强化巩固宝宝记忆。父母应有意识地重复一些新词语，并把它放在句子中来说，不断强化巩固。此外，可以给宝宝反复播放录音带或光盘，这样也可使宝宝学会不少新词汇；既增强了宝宝的记忆能力，又提高了其语言表达能力。

④多做语言游戏，激发宝宝语言趣味。父母如果想进一步发展宝宝的语言能力，仅仅依赖平时与宝宝的交谈还是远远不够的。父母还可利用同宝宝散步、睡前时间做一些语言游戏。例如，词语接龙、同义词和反义词抢说、组词造句、词语修饰、句子伸缩，等等。在宝宝高兴的时候做以上语言游戏，可让他觉得语言学习很有趣，既培养了宝宝对语言的敏感和兴趣，又锻炼了其记忆能力、应变能力、想象能力、扩散思维能力、概括能力等。

⑤鼓励宝宝用语言描述。父母应鼓励宝宝尽量多开口，想什么说什么，用语言描述其内心感受、看法，提高其口头表达水平；可与宝宝玩故事接龙、续尾等语言游戏；还可带宝宝到户外游玩，开阔其眼界，增长知识，鼓励宝宝把所看、所听、所感用语言进行描述等。这种训练，既可促进宝宝语言智力的开发，还可养成其细心观察的好习惯。

⑥尽早向阅读过渡。中国的语言博大精深，词汇非常丰富。仅一个词而言，就有多种近义词、同义词、等义词等。要想真正掌握并精通一门语言，最好的办法就是阅读。阅读是发展宝宝语言能力的加速器。

阅读可先从亲子共读开始。父母引导宝宝阅读时，可分为四个阶段：父母读；父母与宝宝同时读；父母读一段，宝宝读一段；父母放手让宝宝自己读。图书的选择也可分为四个阶段：字少画多的书；字多画少的书；无画的拼音书；无画、无拼音的书。这样循序渐进的阅读方式，既可增加宝宝的词汇量，又可使其积累不少知识，为将来入学后的作文写作打下良好的基础。

(4) 认清教宝宝说话的五大误区

①认为宝宝听不懂。刚出生的宝宝，对父母所说的话确实听不懂，但

宝宝的学习能力非常强，当父母总是对他说："宝宝，我是妈妈，他是爸爸。""宝宝，这是皮球，你看好玩吧。"时间一长，这种语言信息就存储在了宝宝的大脑里。随着宝宝的智力发育，如果再经过不断的语言重复，他就会明白："原来总抱着我的人就是妈妈""总对我微笑的就是我爸爸"，宝宝1岁的时候，他可能就会叫"爸爸""妈妈"了。当父母问宝宝："宝宝，你的球呢？"他就会左看右看地去找，说明他已经听懂了父母所说话的意思。

②过分满足宝宝的要求。虽然宝宝已经可以听懂父母所说的话了，但是他还不会说出来，如果宝宝指着奶瓶，父母或许会立刻知道：宝宝饿了，想喝奶了，于是就把奶瓶递给他。其实，这种满足宝宝要求的方法会阻碍宝宝的语言发展。因为宝宝不用说话，父母就能明白他的意图，他的目的就已经达到了，这样宝宝会失去说话的欲望。当宝宝想喝奶时，父母可以给他一个空奶瓶，他拿着空奶瓶，想要得到奶时，会努力去说"奶"。即使仅仅说一个字，父母也应该鼓励他，因为这已经是不小的进步了——宝宝懂得用语言表达自己的要求了。



③用儿语和宝宝说话。婴幼儿语言发展有其自身的

阶段性：单词句（用一个词表达多种意思）；多词句（两个及以上的词表达意思）；说出完整句子。父母对宝宝进行语言智力训练时，应了解这一规律，科学引导宝宝的语言能力向更高的阶段发展。

宝宝1岁左右时，处于单词句阶段，宝宝经常会发出一些重叠的音，如“抱抱”“饭饭”“水水”等，并会结合一些身体动作、表情来表达他的愿望。宝宝1岁半左右时，可能会用2～3个词组合在一起，表达意思，这就进入了多词句阶段。这时的宝宝开始能把两个词重叠在一起，如“吃饭饭”“喝水水”“妈妈抱抱”等。宝宝快到2岁时，会说简单句，准确地表达出自己的愿望，如“爸爸、妈妈抱宝宝”“宝宝吃饭饭、喝水水”等。

在这些发展阶段中，宝宝用儿语是因为其语言发展的限制。但是有不少父母以为宝宝只能听懂这些儿语或觉得说儿语很有趣，所以也用同样的儿语跟宝宝讲话，这样做的话很可能会延缓宝宝向说出完整句子阶段的过渡。

④重复宝宝的错误语音。刚学会说话的宝宝虽然基本上能用语言表达自己的愿望和要求，但是有不少宝宝由于发音器官发育得还不够完善，听觉的分辨能力和发音器官的调节能力都较弱，还不能正确掌握某些音的发音方法，不会运用发音器官的某些部位，所以仍有发音不准的情况在，如“吃”说成“qi”，“水”说成“sui”，“姑姑”说成“dudu”，等等。这时，父母不要学宝宝的发音，而应用正确的发音和宝宝说话，时间一长，在正确语音的指导下，宝宝的发音就会慢慢改正了。

⑤语言环境比较复杂。有些家庭中，父母、爷爷奶奶、保姆等各有各的方言、各有各的说话方式，语言环境比较复杂，多种方言共存，这会造成正处于模仿成人学习语言的宝宝的困惑，导致宝宝说话较晚。所以，在宝宝学习语言的关键期，家人应尽可能以普通话为准。

2.逻辑—数理智力

有的婴幼儿加减乘除计算的能力比较强，因此被认为是逻辑—数理能力较强。其实，这是一种比较片面的看法。要想自己的宝宝逻辑—数理能力得到很好的发展，父母需对这种能力有所了解。

(1) 何为逻辑—数理智力

有的人认为逻辑—数理能力就是一种运算加减乘除的能力，即一种计算的能力。但是，逻辑—数理能力所包含的远不止这些。逻辑—数理能力是处理一连串的推理，识别模式和顺序的能力。除了加减乘除计算之外，逻辑—数理能力还包含逻辑和推理、模式、可能性和科学的分析。有时，逻辑—数理能力还包含一种倾向，去构建问题、发现问题，比言语—语言智力所包含的要多得多。

逻辑—数理智力主要是指运算和推理的能力，表现为对事物之间类比、对比、因果和逻辑等各种关系的敏感，及通过数理运算和逻辑推理等进行思维的能力。

(2) 宝宝逻辑—数理智力强的表现

逻辑—数理智力很强的婴幼儿比较喜欢：数数；比较或注意哪个更大，哪个更小，哪个更重，哪个更轻；收集；玩不同形状的东西，进行比较和排列；组成特别大的数字等。



当那些逻辑—数理智力很强的婴

幼儿长大一点后，他们喜欢：计算（加、减、乘、除）；有序地排列收集物；玩有策略的游戏（国际象棋、国际跳棋等）；记录信息，探索模式；使用电脑；解决有确切答案的问题；探索规律等。

(3) 如何发展宝宝的逻辑—数理智力

发展宝宝逻辑—数理智力的出发点是帮助其适应数字。和发展其他方面的智能一样，兴趣来自熟悉、成就感和乐趣。当宝宝3～4岁时，他的数字愉悦性是指对数字感到有趣。适应数字的宝宝喜欢数数 （喜欢数任何看上去能数的东西）、收集东西、进行比较等。

要发展宝宝的逻辑—数理智力，父母可以和宝宝玩游戏。父母要在旁边帮助宝宝，从而保证所玩游戏和宝宝的能力相适应，以确保在和宝宝的互动中，宝宝的逻辑—数理智力可得到良好的发展。

①数数。对于婴幼儿来说，数数差不多和呼吸一样自然。宝宝应早点开始学会数数，并且要常常数数。父母应该抓住机会和宝宝一起在有趣的方式下进行数数和比较。

当宝宝只能听的时候，就像读诗文、讲故事或哼歌一样，父母也应该数数：当父母带着宝宝走楼梯的时候，可以数台阶的级数；当父母打开购物袋时，可以在宝宝面前数一数买了多少样东西；也可数一数给宝宝买了多少玩具等。当宝宝长大一些后，他可以开始简单地数数。不管数的是玩具，还是桌子、凳子等，不管是数到3还是数到10，总之这些事情都要常常做。

②比较。比较常会让宝宝感到非常有趣。父母可以问宝宝是左边的玩具多还是右边的玩具多，等宝宝猜完后，数数看他猜对了没有。

比较并不仅仅局限于数量的多少、数字的大小，父母还可以问“是红色的皮球大呢，还是蓝色的皮球大？”或者“是爸爸的手大呢，还是宝宝的手大？”或者“宝宝是想喝奶呢，还是想喝水？”或者“羽毛轻呢，还是石头轻？”等。这些问题的答案并不重要，重要的是培养宝宝养成对不同事物的相关成分进行比较和对照，然后做出判断的习惯。

③计算。计算，在小时候一般仅仅指加法。对5岁以下的宝宝来说，把简单的阿拉伯数字相加（数字要小于10，和也要小于10）是一个很好的方

法。有时，这个年龄段的宝宝也会一些很简单的减法，如从一个数字中减去1或2。

父母应注重了解宝宝的挫败感水平；父母应把这些活动都看成是一种游戏，一件很有趣的事情，而且，让宝宝在大多数情况下都能计算正确，这是很必要的。让宝宝在较易成功的水平中去计算，有利于保持他的学习热情，这比宝宝被推着、被督促着学习要好很多。

④记录。记录，即保持所发生过的事情的痕迹。这是一种很好的方法。但是，父母应注意，实际的记录、记录的保持都需要成人来做。

父母可常常拿一些具体的事物来做测试和实验，如："我想知道如果我们把冰块儿放在餐桌上，多久会融化"等，这种问题会让宝宝感到很有趣，而且能发展宝宝的逻辑—数理智力。过几天后，父母可以说："让我们来看看冰块儿放在冰箱里，但不放在冷冻室，它会化得比较快还是比较慢呢？"或者"吃多少口才能把整根香蕉吃完？所用的时间会比吃一个苹果多多少？"等。



在逻辑—数理智力和自然智能中有很多交叉（分类和归类是很有用的自然智能中的技巧），所以，父母可以同时训练开发宝宝这两种智能。譬如，将一盆盆栽放在光照充足的

窗台上，另一盆同样的盆栽放在光照不充足的角落，父母可帮助宝宝仔细观察这两盆盆栽的变化，可记录盆栽植物的高度变化，也可以记录盆栽植物看上去是否健康、强壮等。做实验不需要多复杂，尽量简单而有趣，重要的是可以帮助宝宝养成记录信息的良好习惯，进而根据记录的这些信息进行比较，得出结论。

（4）五个小问题启发宝宝的数学思维

①一问哪个更大或更高。宝宝特别喜欢把物体直接放在一起比较哪个大、哪个小、哪个高、哪个低等，把这当成了游戏来玩。父母的问题应从简易的开始，逐步提高难度。譬如，可以先让宝宝比较筷子和勺子哪个长一些，哪个苹果比较大一些，哪本书比较厚一些等；然后可以比较沙发和小板凳哪个大，冰箱和桌子哪个高等；之后可以再比较桌子和沙发哪个长，窗户和门哪个大等，宝宝可以借助一些工具（尺子、绳子、铅笔；凳子等）进行测量比较，得出结论，父母应予以肯定及表扬。

②问物体异与同。给宝宝两支笔（一支铅笔，一支钢笔或圆珠笔等），让他找出两支笔的异同。笔可以换成鞋子（两双不同鞋子中各拿出一只）、碗、水杯、衣服、同类的玩具等。还可以换一种玩法：给宝宝一件物品，让他找出另一样物品和给他的这件物品有一处或几处相同的地方。例如，给他一本图画书，他可以找一本杂志，和书相同都是纸做的，同样都有图画；给他一支彩笔，他也许会找出一支蜡笔或者是一件什么东西，和彩笔一样都是红色的，等等。

③问物体有多少。宝宝建立数字的概念首先需要学习数与物的相对应关系。宝宝数数时，要让他指着要数的物体一个一个地按顺序数，避免重复数。另外，还要让宝宝理解什么是总数，即按顺序数下来的最后一个数字就是物体的总数。而且随时随地都可以向宝宝提问："咱家一共有几口人啊？""水果盘里有几种水果呢？""宝宝一共有多少本书呢？""餐桌上有多少个碗，多少个盘子，多少双筷子？"等。

④问哪组数量多。比较两组物品数量的多少可为宝宝将来学习加减法打下良好基础。家中几乎所有的物品都可以拿来做这个游戏。拿出一些物

品任意分成两组，让宝宝比较哪组多哪组少，或者是给宝宝一些硬币（数量必须是双数）让他来扔，扔完后让他数一下是正面向上的硬币多还是反面向上的硬币多。

⑤问每类有多少。这个问题可训练宝宝分类和数数的综合能力。“每类”针对分类；“多少”针对数数。宝宝要先学会对物品进行归类。父母在和宝宝一起整理图书、衣服、厨房的餐具等时，可以把图书按故事书、画画书、诗歌等进行分类，并数出每个类别分别有多少本书；可以把衣服按季节进行分类，并数出每类有多少件上衣和裤子；可以让宝宝把混在一起的筷子、勺子、刀子和叉子分类并点数。这类游戏会激发宝宝难以想象的兴趣。

(5) 聪明宝宝“玩”数学

婴幼儿时期的数学智能提升活动，都是一些简单又有趣的游戏，寓教于玩，只要是可以用具体事物表达出来的数学概念，都可以借着某些游戏让宝宝轻松地了解，达到事半功倍的效果。

①选读带数字的故事。在宝宝还没有学会说话之前，父母其实就已经可以给他读书听了。在训练提升宝宝数学智能时，父母不妨选用一些带有数字故事的图书读给宝宝听。譬如：“小花家的狗生了四只小狗，有一只是小黑狗，一只是小花狗，另有两只是小白狗，连同狗妈妈一家五口都住在小花家的阳



台上。”“今天是小白兔的生日，好朋友都来向小白兔祝贺生日，并送上生日礼物：小灰兔送给她两根胡萝卜；小黑兔送给她两颗白菜；小熊送给她两个苹果；小松鼠送给她两颗榛子……小白兔准备了好多好吃的与好朋友一起分享，大家玩得特别开心！”

②利用日常行为。父母带宝宝爬楼梯时，可以数楼梯的级数：“1、2、3、4……宝宝自己走了12级楼梯呢，真好！”吃草莓的时候可以说：“这里有1、2、3、4、5、…、10个草莓，宝宝要吃几个？3个好不好？1、2、3，3个草莓给你！吃完了这3个还要的话，妈妈再给你，妈妈这里还有1、2、3、…、7个草莓等着你。”这样宝宝自然而然就会对数东西产生基本的概念：每样东西都要单独数，且每样东西只能数一次，不可重复。

③玩积木。把积木拿给宝宝，不必刻意教给他怎么玩，大部分宝宝就会开始把积木堆高，或把积木排长（也有些宝宝会把积木一个个捡起来丢出去），还有些宝宝甚至会用积木搭成高楼大厦的形状，或搭成汽车的形状，或创造一些其他的形状结构等。

积木堆到一定的高度时就会倒；积木在一定位置多放或少放就会改变整个“造型”；要排一样长短或堆一样高度的两排积木，使用的数量要相同，等等，宝宝在玩积木时，就会无意中学到这一类的数学、物理原理。

④量量房间的大小。量东西并不一定要用尺子，任何一件东西都可作为一个度量衡的单位。宝宝可以用自己的脚作计量单位，从这边的墙壁走到对面那边的墙壁，量量房间有几“脚”长、几“脚”宽。

一个杯子可以装多少水？并不一定非要用“立方厘米”来表达，可以让宝宝拿一汤匙，一汤匙一汤匙地把水装入杯子中，数数一共装了多少次，就可以说这个杯子可以装多少汤匙的水等。这样宝宝一边玩，一边还可以建立度量衡的概念，何乐而不为呢？

⑤拼图。数学并不仅限于算术上的加减乘除，几何学、三角学、解析几何学等都是一些比较重要的概念。而为宝宝训练提升这方面的数学智能时，拼图是最简单有趣又有效的游戏。拼图种类繁多：一种是一组组的几何形拼块，可以个别拼入不同形状的几何框框里；一种是把一幅图画切

成各种形状的小节，拼合后会呈现出原来的画面；还有一种是中国的七巧板，可以拼出各式各样的图形等。任何一种拼图都可以帮助宝宝提升他对形状差异的观察力和辨别能力，提升他的数学智能。

⑥依人数摆放餐具。在家里可以用摆放餐具的方法，让宝宝了解乘和除这两种算术概念。假设有5个人要在餐桌上用餐，应该摆放筷子、汤匙、碗、碟的数量，可以用实际摆放的游戏来算出："宝宝，在这5个位置上各放一双筷子，我们需要几双筷子？5双？太棒了！每双筷子有2支，那5双筷子就有10支了。现在我们来摆放碗，5个人需要几个饭碗呢……"

⑦切生日蛋糕。利用切生日蛋糕的机会，很容易就会让宝宝了解一些基本分数的概念，如二分之一、四分之一、八分之一等。分享蛋糕时，更可乘机向宝宝介绍一些比较复杂的分数关系："我们把蛋糕一共切成了8块，给了宝宝这8块中的一块，给了妈妈这8块中的另一块，那爸爸就还剩下这8块中的6块！"

3.音乐—节奏智力



加德纳说："音乐才华比其他任何一种智能天赋出现得都早。它的力量是其他智能所无法企及的。"音乐—节奏智力很早就会在宝宝身上以不同程度、不同形式显现出来，有其独特的规律和思维结构。

音乐是最古老的一种艺术形式，具有促进智力发育的神奇魔力，

可以造就天才，音乐是一把开启人类智慧大门的金钥匙。宝宝诞生之前就已经在妈妈的腹内聆听妈妈的心跳声，妈妈均匀和谐的心跳和呼吸就像美妙的音乐一样为胎儿营造了一个温馨愉悦的环境。人与生俱来就有一种音乐的天赋，都喜欢音乐并渴望创造音乐。

如果从零岁开始让宝宝接触音乐，并一直坚持下去，能够很好地提高宝宝的想象、认知、注意力、语言、记忆等各方面的智力潜能，让宝宝得到全方位的发展。

（1）何为音乐—节奏智力

音乐—节奏智力主要是指觉察、感受、辨别、记忆、改变、创造、表现和表达音乐的能力。这种智力表现为个人对音乐（包括音高、节奏、音调、半长、音色和旋律）的敏感性，以及通过作曲、演奏和歌唱等表达音乐的能力。

（2）音乐—节奏智力的构成

音乐是声音的艺术，其基本要素是节奏、旋律、音色及曲式的整体结构等，它通过有组织的声音材料塑造艺术形象，反映社会生活，表达人们的思想感情等。

根据音乐自身的特点，音乐—节奏智力构成成分中最为重要的是听觉感受。此外，对音的记忆、听觉想象力、对音乐的情感内容的内心体验、对音乐的理性认知，都是音乐—节奏智力的重要构成成分。

（3）宝宝音乐—节奏智力的发展

①1～2岁。2个月的宝宝能模仿其母亲所唱歌曲中的音高、音响和旋律轮廓；4个月的宝宝能模仿节奏、结构； 1岁的宝宝特别喜爱对熟悉歌曲的倾听、跟唱、动作反应或用玩具、盆罐等器具敲击出声音；2岁左右的宝宝会表现出对乐器的兴趣，喜欢反复唱同一首歌曲。

②2～4岁。宝宝对具有强烈节奏的音乐感兴趣并有反应，能感觉到音色的差异；宝宝喜欢重复地听、反复地唱同一首歌或只会唱一首歌中的片断，但与别人合唱时音调尚难配合。

（4）音乐—节奏智力早期的表现

宝宝音乐—节奏智力的早期表现有：喜欢音乐活动；可以准确地定音；较易记住一个曲调，还能顺利并正确地唱出或演奏出这个曲调；较早地注视乐器并开始抚弄、操作乐器；可以很快地学会识谱；可以自己作曲等。

如果发现宝宝对音高、节奏、音色敏感；对音乐中的情绪、情感感受力强；对音乐的整体结构也有感受，就可以加强对宝宝这方面智力的培养。

(5) 培养宝宝的音乐—节奏智力

父母可以创设宽松、自由的环境，让宝宝学会倾听，学习用音乐表达自己的思想、感情；学习用音乐来放松；使他们对音乐有浓厚的兴趣及强烈的学习动机，保持对音乐听觉的敏感性。可播放经典音乐，听音乐家演奏、唱歌，也可挑选宝宝喜爱的乐器进行培养。父母特别要鼓励宝宝的自发性音乐活动。

父母可以教宝宝认识生活中的各种声音，并鼓励宝宝描述、模仿所听到的声音；选择几种宝宝和父母各自喜欢的音乐，选择不同的情境让不同的音乐弥漫在家庭的每个角落；也可以在讲床边故事时，选择一些音乐来配合故事情节，让宝宝能够在故事中感受音乐带来的美妙；鼓励宝宝多学习节奏明



快的儿歌，并积极地进行表演；有条件的话可以跟宝宝一起制造和选择乐器；鼓励宝宝用各种不同的素材发出声音，多利用生活中的小东西，和宝宝一起制作乐器；或者征求宝宝的意见后选择一种乐器，通过音乐来陶冶宝宝的性情；宝宝在练习或者演奏时，父母要积极参与和反馈。父母是欣赏者，是被美妙的音乐所感染的人，而不是严厉的监督者、评判者。当父母沉浸在宝宝创造的音乐中时，宝宝才会产生成就感和幸福感，这样他的兴趣和热情才会持久，才会真正体会到音乐的魅力。

4.视觉—空间智力

由于不受时空关系的束缚和客观条件的限制，婴幼儿在视觉—空间智力方面常常表现出成人难以想象的才能和潜质。例如，宝宝在美术活动中对自己的意愿和希望的表达，对自己思想感情的流露，随性而自由自在，虽然没有什么技巧，可想象力和创造力大胆、无拘无束得总是令成人们自愧不如。

(1) 什么是视觉—空间智力

视觉—空间智力主要是指感受、辨别、记忆、改变物体的空间关系并借此表达思想和情感的能力，表现为对线条、形状、结构、色彩和空间关系的敏感以及通过平面图形和立体造型将它们表现出来的能力。

这项智能包括对色彩、线条、形状、空间及其关系的敏感性，也包括将视觉和空间的内容具体地在脑中呈现出来，以及在一个空间的矩阵中很快找出方向的能力。这种智力在画家、雕刻家、建筑师、航海家、博物学家和军事战略家的身上有比较突出的表现。

(2) 宝宝出色视觉—空间智力的表现

有些宝宝的视觉—空间智力很普通，有些宝宝则表现出很强的视觉—空间智力。宝宝具有出色视觉—空间智力表现为：

很清楚房间里的东西都放在哪里，很容易找到一些有时父母都找不到的东西；对房间设计的变化很敏感，能很快就注意到房间内摆设的变化；

擅长看地图、搭积木、拼图；方向感好，具有比较清晰的方位概念，如上下、左右、前后；对色彩敏感，喜欢对颜色进行搭配；喜欢画画，绘画能力比较强；擅于图像思维，可清楚说出视觉表象；能轻松看地图及其他图表；喜欢画画、泥工等艺术；喜欢拼图、下棋、走迷宫及类似的游戏；喜欢想象，并创造出内心的表象；喜欢看电视、电影或其他视觉上的表演；有较好的色彩感觉；经常用图像来记忆。

(3) 宝宝视觉—空间智力的学习契机

视觉—空间智力是人们生活学习的基本能力，更是艺术、科学、数学乃至文学等不可缺少的重要能力，设计师、建筑师、摄影师、画家等都需要很高的视觉—空间智力。宝宝的视觉—空间智力需要经历一个从静态空间感知到获得动态概念空间的发展过程，在这个过程中，要注意宝宝视觉—空间智力的学习契机。

①契机1：0～1岁。从宝宝出生起就可以开始培养宝宝的视觉—空间智力了。这一时期，宝宝虽然并没有什么明确的空间概念，视力也还不是很好，但他出生时就有了听觉，循着妈妈的声音和本能寻找乳头就是宝宝最初空间概念的表现。等宝宝会抬头、转头时，就会开始积极地寻找声音的来源，这时父母就可以运用各种声音帮助他建立方向感。



②契机

2：1～2岁。这一时期的宝宝能够熟练地爬，开始蹒跚学步，而且乐此不疲，对周围的任何事物都充满好奇。父母可以给宝宝创造一个安全的爬和学走的环境，多多鼓励宝宝爬和走，在宝宝摸索着爬和走的过程中，他对空间的意识将会更加明确。

③契机3：2～4岁。2～4岁是宝宝视觉—空间智力发展最快的一个时期，尤其是在宝宝3岁以后。经过这一时期的发展，宝宝可以对物体的大小、形状、上下、前后、左右、远近产生准确的空间概念，并能通过自身的运动来确定物体的空间位置关系。

这一时期，宝宝视觉—空间智力的发展主要分为两个方面：理解空间和表述空间。父母可以让宝宝画画，帮助宝宝建立大小、形状的概念；父母也可以让宝宝搭积木、捏橡皮泥等，促进宝宝形成对前后、上下、远近等有关空间智能的概念；父母还可以在日常生活中有意识地指点宝宝，比如“爸爸和妈妈哪个比较高？”“你喜欢乒乓球还是篮球？”等。这些工作都可以在宝宝3岁以前就开始。

（4）培养视觉—空间智力对宝宝的意义

视觉—空间智力是人们生活中的一项基本能力，如我们每天所穿衣服的搭配，居室里家具和房间主色调的搭配等，都要应用到视觉—空间智力。培养宝宝的视觉—空间智力是非常有必要的，它有利于促进宝宝观察能力的发展，加强宝宝对事物观察的敏感性和准确性，同时还有利于宝宝艺术能力的培养，使宝宝能更加容易感受到生活中的美，在以后的生活学习中拥有积极的心态。

如果宝宝的视觉—空间智力发展得较好，不但有助于他获得正常的生活能力，还有助于其发展一些特殊的能力：

①有助于提高宝宝的安全感和自我保护能力。喜欢攀爬、跳跃等的宝宝，需要较好的视觉—空间智力，这样他才能玩得安全，玩得开心尽兴。

②有助于培养宝宝的灵活性、动感。较好的视觉—空间智力可以使宝宝灵活地转动身体，让宝宝充满动感。

③有助于提高宝宝的想象力、创造力和数学能力。视觉—空间智力较

好的宝宝，会在大脑里累积大量的视觉和空间形象，为其发挥想象力和创造力提供素材，也更容易理解比较抽象的点、线、面等平面几何和立体几何原理，为学习数学打好基础。

④良好的视觉—空间智力是从事某些艺术领域的基本素质。雕塑、建筑、绘画、摄影、航海、飞行员、设计师等行业都需要特殊的视觉—空间智力，这些能力都是经过学习和训练获得的。

(5) 提升宝宝视觉—空间智力的良方

培养宝宝视觉—空间智力的方法多种多样。带宝宝去公园或郊外游玩，引导宝宝欣赏美丽的自然风光；带宝宝去动物园，观察各种动物；带宝宝逛街的时候，引导宝宝观看闪烁的霓虹灯或五光十色的橱窗，讨论逛街的方向等。总之，要利用各种机会让宝宝更多地接受色彩、形状和空间布局上的视觉刺激。

①用声音引导宝宝的视觉—空间智力。视觉—空间智力的发育主要是靠视觉的刺激，但是新生宝宝的视力不是很好，于是主要靠听觉和触觉来辨别空间方位。



②用吊饰刺激宝宝的视觉—空间智力。出生满月到6个月之前，宝宝经常会躺在小床上玩耍，他的视力也比新生儿时期要好了许多，可以看得清较远的物品，同时他也喜欢注视移动的物品。如果在宝宝的小床上面悬挂风铃等

玩具，会随风摆动，宝宝的目光也会随之摆动，这对宝宝的视觉—空间智力有积极意义。

③用“各就各位”法提升宝宝的空间秩序感。习惯成自然，如果妈妈把宝宝的用品和玩具总是放在固定的位置，宝宝就会建立起物品与空间之间的定位关系，他就会用“各就各位”的方法建立空间秩序感，因此，妈妈要把宝宝的物品归置有序，如果哪天发现物品不在原处了，就与宝宝一起找，宝宝对物品在一个新地方出现将会感到兴奋，他的空间方位感也会得到锻炼。

④用“藏猫猫”法锻炼宝宝的客体永久性。客体永久性是宝宝视觉—空间智力发育的重要方面，指宝宝能够认识到客观事物是不依赖自己的感知而独立存在的实体，与宝宝经常玩“藏猫猫”的游戏，可以使他的客体永久性得到反复锻炼。

⑤用亲子身体运动培养宝宝的空间概念。大小、高矮、上下、前后、左右、里外等都是基本的空间方位概念。一般而言，宝宝先掌握大小、高矮、上下的概念；3岁的时候才能掌握前后、左右的概念；4岁的时候才能掌握里外的概念。

这些概念的掌握不仅仅是口头传授，主要还是通过宝宝的自身运动来感受。譬如上下的概念，除了引导宝宝观察什么是上楼与下楼之外，还可以让宝宝亲身体会，妈妈带着宝宝一起爬上楼说“上去了”，走下楼说“下来了”，平时在生活中，可以这样多主动引导宝宝。

⑥为宝宝多提供一些空间益智玩具。宝宝渐渐地长大，一些空间益智玩具是不可或缺的，比如积木、不倒翁、橡皮泥、拼图、跳棋、迷宫、指南针、放大镜、折纸等，宝宝在玩这些玩具时，会直接促进他视觉—空间智力的发展。

⑦让宝宝乱涂乱画。每个宝宝都是绘画天才，不要在意他画的是什么，或者画得像不像，父母需要做的是提供充分的机会，让宝宝画画、着色、涂鸦。不同的绘图用具，可以让宝宝体验到不同色彩的运用、搭配会呈现出不同的效果，让宝宝借由色彩、线条、图案等表达其内心的想法、

感受和情感等。

⑧给宝宝看图画。走出迷宫，找到两个图画中不同的地方，找到图画中隐藏的图案，找到图画中不同的形状……宝宝乐于其中。这些练习不仅可以培养宝宝敏锐的观察力，让宝宝注意到事物中细微不同的地方，还可以使宝宝辨识许多相同或不同的形状、图案等。

⑨日常生活中的简单方法。

点缀、美化居室环境

卡通靠枕、色彩鲜艳的窗帘、彩色的拼插地板垫等，都是能够引起宝宝兴趣的居室装饰品，父母可尽量选择宝宝喜欢的色彩和造型。父母不妨放手让宝宝自己选择墙上的装饰图、插花等美化居室的东西，让宝宝做一回小设计师。

其实，宝宝选择什么装饰品无所谓，重点在于培养宝宝对色彩、方位的兴趣和敏感。但是，父母千万不要因为宝宝选择的装饰品、摆设的式样不符合你的审美要求而随意批评，这样会损害宝宝的积极性，不利于宝宝视觉—空间智力的培养。

放置各种形象化工具

父母要保证宝宝可以随手利用的材料充足，多种多样，如彩色卡纸、手工纸、粉笔、铅笔、油画棒、水彩笔、颜料、剪刀、橡皮泥、积木等，以方便宝宝任意实践他的想象和创新。



在画画活动中，要鼓励宝宝使用不同的材料和不同的方法，而且让宝宝自己比较效果的不同，这

样更能激发宝宝的兴趣。比如，红色的水彩笔画在白纸上和画在黑纸上会产生不同的效果，父母可以问宝宝："哪个效果更好？"父母可以先用油画棒，再把水彩大块刷上去，会产生什么结果？用画笔画画，再用自己的小手画画会怎么样，用牙刷又会怎么样？

开设家庭展示区

选择居室的特定空间（一小块墙壁或一个橱柜面即可，以免宝宝视觉负担过度）来展示美术作品，可以是父母收藏的贵重的艺术作品，也可以是宝宝自己满意的、自己创作的美术作品。宝宝的作品往往色彩明艳、对比强烈，有很强的视觉冲击力。

开展适当的方位游戏

游戏是宝宝童年生活的主题，在游戏中宝宝会得到无穷的乐趣。游戏能使宝宝对"上下""左右""前后"等方位产生感性的认识，在轻松愉快的学习中辨认方向方位，建立空间感。

游戏一：镜中人。咦，镜子前后的两个宝宝怎么长得一模一样，而且动作也一样呢？你往上，他也往上；你往下，他也往下……

游戏二：坐公共汽车。放好小凳子，爸爸来当司机，妈妈来当售票员，爷爷奶奶和宝宝排队上车，排在前面的先上车呢，还是排在后面的先上车？谁坐在驾驶员的后面？谁坐在售票员的前面？宝宝的左面坐着谁？谁坐在宝宝的右面？

5.身体—动觉智力

身体—动觉智力是多元智能中的一种，在宝宝智能发展过程中是最早发生的。身体—动觉智力是指人善于运用整个身体来表达自己的想法和感觉，能用双手灵巧地生产和改造事物，是中枢神经系统支配全身的大小肌肉具有控制技巧的能力。

早在妈妈怀孕期间，宝宝感官、知觉、动作的发展就已经开始了。宝宝出生之后，需要各种不同的刺激来强化其感觉综合能力的发展。父母可

以给予宝宝视觉和听觉的刺激，还可以通过按摩提供感觉刺激，这不仅有利于稳定宝宝的情绪，还可以增加宝宝的食欲，促进宝宝健康成长。



肢体活动与发育进程相吻合或比其超前的宝宝，往往身体—动觉智力潜力较大，父母要及时对其进行开发和培养。父母要给宝宝活动的空间和时间，提供合适的场地和具有启发性的材料与工具，让宝宝利用模型、机械、手工，通过舞蹈、运动、游戏等来学习，使宝宝已萌发的身体—动觉智力得到锻炼和发展。

（1）身体—动觉智力是什么

身体—动觉智力主要是指运用四肢和躯干的能力，表现为能够较好地控制自己的身体、对事件能够做出恰当的身体反应以及善于运用身体动作语言表达自己的思想和情感的能力，主要包括平衡协调、敏感、力量、速度、灵活性等特殊的身体技巧以及对外界或自身刺激反应的能力。这种智力在运动员、舞蹈家、演员、外科医生、户外工作者、赛车手和发明家等身上有比较突出的表现。

（2）宝宝身体—动觉智力的特征

婴幼儿各个阶段的身体—动觉智力有所不同。

①1～2岁。宝宝能在父母帮助下爬楼梯；会指出想要的东西；会将物体从盒子里倒出来；喜欢翻纸篓、纸箱、抽屉等；会将球推给别人；会踢球；会后退走；会托、拉玩具或其他物品；会上一层台阶；可以玩简单的

游戏；虽然会跑（稍有腾空阶段），但不协调。

②2～3岁。宝宝可以独自上楼梯；能跳一跳；能走30厘米宽的平衡木；能独立下1～2层台阶；喜欢爬高；能做模仿动作；能从20～30厘米高处跳下；会传球；能帮助收拾玩具；会跑（稍有腾空阶段）；会爬、会钻；会滑滑梯。

③3～4岁。宝宝走路时能上下肢配合协调；能两脚交替上下楼梯；能在25厘米宽的平衡木上走，并保持身体平衡；可以单脚站立一段时间；能双脚向前跳40～50厘米；20米折返跑在10秒钟左右；能随音乐节奏或口令做操；可以单脚跳5次以上；奔跑时，两脚有腾空阶段；会拍篮球；能自如地骑三轮车；喜欢参加集体游戏。

（3）如何开发婴幼儿的身体—动觉智力

父母应注意运用科学的方法开发宝宝的身体—动觉智力。

①鼓励宝宝爬行。对宝宝的肢体发展来说，爬行是一个非常重要的过程。爬行时，宝宝手掌接触地面可以进行触觉的输入，而且当宝宝用手去探索他好奇的东西时，会强化其触觉的敏锐性，有助于宝宝日后精细动作的发展。此外，爬行是全身性的活动，它还可以训练、协调宝宝的手腕、肩膀、颈部、腰部、眼部和躯干的力量，并且加强宝宝身体活动时的协调性。

因此，爬行可以说是宝宝感觉综合发展的重要基础。父母务必要提供一个安全、干净的环境，并鼓励宝宝爬行，千万不要因为怕脏而让宝宝错过发展肢体协调性的最佳时机。

②不要过度限制宝宝的活动范围。好动是每个宝宝与生俱来的天性，也是宝宝生理发展的重要过程，父母应该经常带宝宝到户外，并鼓励宝宝多和外界接触，尝试各种不同的感官体验。在父母的鼓励和支持下，宝宝可以从身体活动的经验中找到成就感和自我肯定。

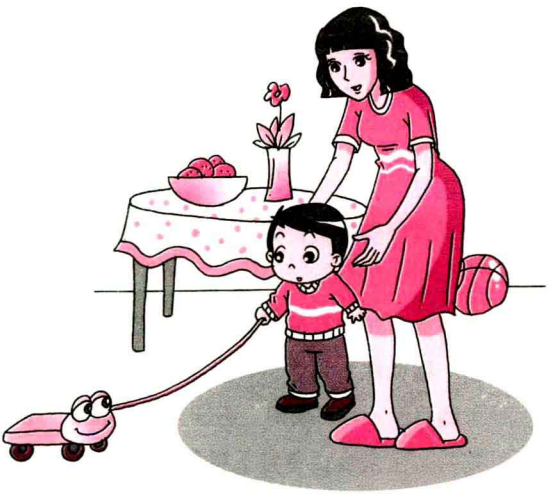
压抑身体想动的自然欲望，绝对是最坏的做法。除了可能造成日后感觉失调的问题，被压抑的宝宝还可能出现情绪不稳定、与外界互动不佳甚

至性格偏差的问题。因此，当父母发现宝宝过度安静时，未必是好事。

③将音乐融入生活。将音乐融入生活中，有助于宝宝身体—动觉智力的开发。不同的音乐会带给人不同的感受，在每天不同的时段提供美妙的音乐欣赏，可以让宝宝将音乐与情绪连接起来，进而带动身体的律动，同时也使肢体得到舒展。如起床时播放轻松舒缓的音乐、休息时播放轻松悠扬的音乐、开心时播放轻松或热闹的音乐等，都会带给宝宝不同的体会。当宝宝在探索音乐或是与音乐产生共鸣时，随时都有可能随着节奏摇摆、唱和，此时父母除了欣赏宝宝的身体动作外，也可以参与到宝宝的肢体律动中。

④欣赏并肯定宝宝的肢体创作。一些创造力丰富的宝宝，会运用肢体动作表达其内心的想法或呈现自己的想象。譬如，宝宝会用身体动作来诠释种子发芽并长成大树的过程等。当父母发现宝宝有类似情形时，请放下手边的工作，好好观察并欣赏宝宝的肢体创作。相信你们会发现，无论是宝宝的身体还是他的小脑袋里，其实充满了无限的创意。

观赏了宝宝的创作之后，父母别忘了给他一些鼓励或是干脆和他一起玩肢体游戏，这不但有助于宝宝身体动觉和想象力的开发，更有利于促进亲子关系。



⑤让宝宝动起来。游泳或玩水：可在水中放上各种重量或质地的物品，让宝宝去体验

各种物品的属性，各种动作，空间大小和距离。

打球：宝宝在玩的过程中练习了跑、跳、投掷等，逐渐掌握了平衡、动作协调性，同时也是一种力量和耐力训练。宝宝在打球的过程中学会了柔韧、弹性、速度等控制技巧。

骑自行车：当宝宝渐渐长大，需要利用一些工具来发展自己的身体—动觉智力时，给宝宝一辆儿童自行车。这样既可锻炼宝宝动作的平衡和协调，也可训练宝宝的力量和耐力，还能让宝宝学会控制速度。

攀爬家具：从地上平面爬行，进展到爬上椅子，是宝宝建立立体空间高度概念的最佳练习机会，亦可强化宝宝手部和腿部的肌力。在攀爬时，如果撞倒也没有关系，从经验中宝宝可以学到如何避免危险的自保本领。

上下楼梯：宝宝的高度概念是先在视觉上习惯后，再从动作中经历真正的高度感受到的。宝宝双脚同上或是同下一个阶梯，进步至一脚一级都是对腿肌进行更高阶段的训练，并使宝宝的高度判断力更加清晰明确。

滑梯：加速度与高度的变化，使宝宝感到新奇有趣，并乐此不疲。但如果宝宝缺乏安全感，可以面朝父母，父母扶住宝宝上臂后再让他滑滑梯。较大的宝宝就可以自己上下滑梯了。

触探身体：走在平坦的硬地板不稀奇，踏在不平且柔软的人体上才过瘾！这可以增加宝宝脚底的触探刺激，同时父母可以和宝宝说话，吸引其注意力。

金鸡独立：光是宝宝一人单脚站立没有意思，不如父母和宝宝一起来比赛，看看谁维持最久！如果宝宝已具备数数能力，不妨和宝宝一块儿计时：1、2、3……

双脚跳跃：每一次的跳跃都是宝宝腿肌展现屈伸爆发力的时刻，从屈身半蹲到一跃而起，动作从夸张到优雅。父母可顺便观察宝宝的平衡感如何，是东倒西歪、容易跌倒、还是“弹簧超人”越跳越高。

翻筋斗：宝宝会试着弯下腰身，从两腿间探看世界，这时父母可顺便抓住其大腿和腰部，协助其完成被动式的翻滚。翻筋斗可训练宝宝的平衡感，并使其手脚力量更强。

奔跑抢宝：跑是训练宝宝爆发力的速度活动，但在求快之余，父母也需留心安全，观察宝宝对障碍物的反应。建议父母用“抢宝藏”的游戏方式刺激宝宝的参与兴趣。

吊单杠：吊单杠可训练宝宝手部的抓握能力，并且强化其臂肌。

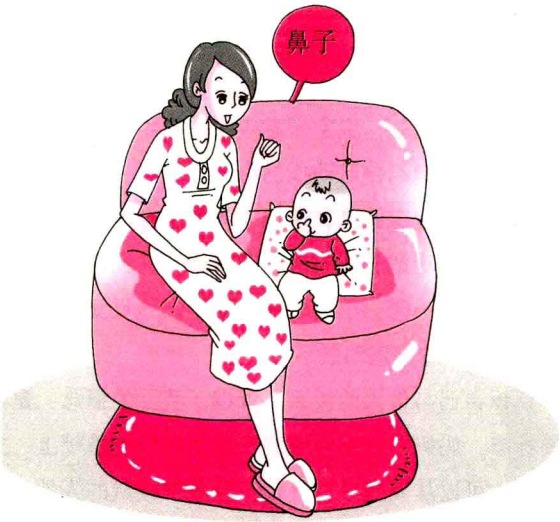
做体操：播放节奏明快的童谣，让宝宝随着音乐自由摇摆，简单的几个动作，摆摆手、扭扭腰甚或转个圈，都会带给宝宝莫大的乐趣。

6.自知—自省智力

古语有云：“知己知彼，百战不殆”，其中“知己”强调的就是一个人要善于正确认识自己、调整自我以及自我反思。从婴幼儿时期开始，父母就可以着手提升宝宝的自知—自省智力了。

(1) 什么是自知—自省智力

自知—自省智力主要是指认识、洞察和反省自身的能力，表现为能够正确地意识和评价自身的情绪、动机、欲望、个性、意志等，并在正确的自我意识和自我评价的基础上形成自尊、自律和自制的能力。这种智力在哲学家、小说家、律师等人身上有比较突出的表现。



对于宝宝来说，自知—自省智力主要包括：自我认识的能力、自我评价的能力和自我调节

的能力。自我认括包含认识自己的身体、自己的动作行为及自己的内心世界；自我评价包括知晓别人对自己的评价、在与他人的对比中对自己的评价及反思；自我调节包括活动的开始、结束、转移和变换，心理过程的加快和减慢、加强或削弱及行为举止的自我监督和校正等。

(2) 提升宝宝的自知—自省智力

3岁左右，宝宝开始学会区分“愿意”和“应该”之间的区别等对自己内心活动的意识。但这个阶段，要求宝宝对自己的内心世界有个比较清楚的认知还很难。不过，父母可以通过耐心细致地观察，科学地引导宝宝逐步了解自身的优点、缺点等。但千万不要给宝宝“我这不行、那也不行”“我有好多缺点”等感觉。

①学会认识自我。认识自己的身体。1岁左右，妈妈可以开始指导宝宝逐步认识自己身体的各个部分了。妈妈可在宝宝精力比较充沛的时候，一边指着宝宝身体的各个部位，一边清楚而缓慢地说出相应的名称。也可以游戏的形式指引宝宝，譬如，妈妈先指着自己的眼睛：“妈妈的眼睛在这里。”而后问宝宝：“宝宝的眼睛在哪里？在哪里？”可以重复问几遍来激发宝宝的注意力和兴趣，然后指向宝宝的眼睛：“在这里！”

认识自己的行动。1岁之前，宝宝并不知道他与外在事物的关联，也不能将外在的事物与他自己区别开。妈妈可以通过强化偶然关系来增强宝宝的理解能力。比如，宝宝无意中用手打到了皮球，皮球就向前跑了，宝宝会因此隐约感觉到自己动作的力量和结果，但还不能确定。妈妈就可以趁机肯定并强化宝宝的这种认识，拿着宝宝的小手再去有意识地碰皮球，然后和宝宝一起观察皮球向前不断滚动，并配合言语和眼神的交流，告诉宝宝：“你的手一碰，小皮球就滚动了。”反复几次，宝宝就会自然地将自己的动作和皮球的滚动联系起来了。

认识自己与他人的关系。掌握“我”的概念，是宝宝自我意识形成的重要标志，妈妈可以引导宝宝在确认自我的基础上，知道更多和他人之间的联系。可以从家庭成员开始，除经常接触的人外，有合适的机会，也应向他介绍其他的亲属，并耐心地告诉宝宝这些亲属和他是怎样的关系。同

时，在公共场合，也应该引导宝宝正确看待自己，要让宝宝知道，他并不是在一切场合都是中心人物，以此来对他进行自我角色定位和转换的初步训练。

②正确评价自己。适度表扬。父母应为宝宝创造一个表扬、肯定和鼓励的健康成长环境。这样的环境对宝宝形成正确而健康的自我评价很有益处。父母之间应互相肯定和表扬。宝宝表现好的时候要得到同样的肯定及鼓励。当然，表扬也要适度，本来就应该做到的事情，给予宝宝一个眼神的肯定就足够了，不要过度，否则会养成宝宝自大的个性。

对照评价。对照评价是自知—自省智力的一个组成部分，也就是宝宝通过和他人，通常是和其他宝宝的横向比较，从而对自己有一个相应的评价。这也是婴幼儿认识自己、评价自己的一个途径。妈妈可以引导宝宝在某些问题上和其他小朋友进行比较，让宝宝自己得出结论，自己是否正确，小朋友的言行是否得体等。妈妈要注意，千万不要针对宝宝的某个缺点说："你看，那个小朋友怎么怎么样，比你强多了！"

自我肯定。父母应以身作则，在日常生活中为宝宝进行"自我肯定"的示范。比如，妈妈新学了一种编织的新花纹，妈妈也可以自我肯定一下："嗯，我的确用心学了一下，编得不错，我很满意，很开心！"当宝宝出色地完成一件事后，妈妈可以对宝宝说："宝宝，你开不开心呀？你是不是很棒啊？"由此来引导



宝宝表达自己内心的感受，强化其对自我的肯定，从而增强宝宝的自信心。

③“画”日记。自我认识、自我反思的好方法之一就是记日记。假如宝宝还不会写字的话，妈妈可以引导他“画”日记，把每天发生的令宝宝记忆深刻的事情画下来。持之以恒，宝宝就会养成记日记的好习惯，这对培养其自知—自省智力很有益处。

④做计划。一天、一周，或是一次旅游之前，父母可以和宝宝一起对当天、当周，或是郊游旅游过程中要做些什么进行一个大致的计划。这样对培养宝宝计划并调整自我行为与活动的能力很有帮助。

⑤定目标。爸爸妈妈可以引导宝宝制订一些力所能及的较长时间段的目标，并鼓励宝宝思考为了完成这一目标，他都需要做哪些努力，需要得到来自谁的什么样的帮助等。这些对发展宝宝的自知—自省智力非常有益。

7.交往—交流智力

人生活在这个世界上，无论是学习还是工作，都需要与别人发生关联，进行交流。而每个人的这种交流活动能力有大有小、有强有弱，这种能力就是社会交往—交流智力。交流智力，对事业前程、社会地位、生活质量等有很重要的影响，需要好好培养。

交往能促进宝宝思维能力的发展、语言能力的提高。现在的宝宝是21世纪的主人，担负着科学继续发展，社会继续前进的重任，所以培养宝宝的社会交往—交流智力迫在眉睫，也是宝宝将来“生存”于社会的基础。

(1) 什么是交往—交流智力

交往—交流智力主要是指与人相处和交往的能力，表现为觉察、体验他人情绪、情感和意图并据此作出适宜反应的能力。这种智力在教师、律师、推销员、公关人员、谈话节目主持人、管理者和政治家等人身上有比

较突出的表现。

交往—交流智力的年龄特点：出生3个月的宝宝开始认生；出生6～24个月的宝宝认生现象更加突出，与父母等最亲近的家人相处才有安全感，与父母分开则会产生焦虑情绪；出生24～36个月的宝宝接纳陌生人和陌生环境的意识与技能与之前相比就较成熟了。

在宝宝的成长过程中，他会逐步表现出各种亲社会行为，比如社会性微笑，对难过的小朋友进行关注和安慰，在大人的指导下提供一些帮助行为，能够与其他人分享自己喜欢的食物和玩具等。

宝宝之间的交往方式以身体语言为主，例如用点头和双手的动作表示你好、谢谢、再见等，但也会用推、踢、打等方式表达自己的需求与不满，而造成小伙伴之间的误会与冲突。

宝宝与其他小朋友之间主要是以食物和玩具等发生交往关系，还不能形成友谊的关系。例如，宝宝有吸引其他小朋友的玩具或食物，或许会有很多的小朋友比较喜欢和他在一起玩；但是如果宝宝没有这些东西，就没有几个小朋友愿意和他在一起了。

宝宝的人际交往倾向也会受到先天气质的影响。有的宝宝比较活泼外向，属于容易型宝宝；有的宝宝比较安静内向，属于困难型和迟缓型宝宝；天生的依恋型影响宝宝与人交往的适应性和开放性；回避型和反抗型的宝宝比安全型宝宝较难适应新的人际关系。



（2）交往—交流智力是宝宝心智健全的重要因素

交往—交流智力包括宝宝

对自己和他人各种心理活动的体察与判断，例如情绪、愿望、意图等，并以此决定采取适宜的方式与他人进行交往，最终获得相应的心智成长。因此，父母应重视宝宝与人交往的各种现象和问题，并根据宝宝的年龄特点和个性特点采取适宜的教育方法，帮助宝宝提升才气指数和人气指数，因为人际交往既是宝宝智慧之源泉，又是宝宝快乐之源泉。

(3) 培养宝宝的交往—交流智力

人的交往—交流智力是需要培养的，不是与生俱来的。交往—交流智力虽然受先天的气质、性格等遗传因素的影响，但环境和教育在交往—交流智力的培养中，起着关键性的作用。如果在婴幼儿期为宝宝创设优良的环境、提供机会，利用家庭、学校、社会中的一切有利因素，培养宝宝社会交往的能力，那将会让宝宝终生受益。那么，应如何培养宝宝良好的交往—交流智力呢？

①鼓励宝宝多与人交往互动。交往—交流智力只能在人际交往中得到锻炼和发展，没有其他可替代的方法。真正的人际交往必然产生互动言语和互动行为，否则，宝宝的交往—交流智力就是“空中楼阁”，虽然很美好却是虚幻不实的。宝宝生活在社会中，却没有与社会产生互动，最后宝宝的交往—交流智力就会像一粒在空中飞舞的种子，找不到发芽和成长的土壤。

父母可让宝宝玩“打电话”的游戏，让宝宝与父母或者与其他宝宝相互交往，互相谈谈“我喜欢吃什么”“我今天看了什么动画片”“爸爸妈妈教我认识了哪些新的字”等，从而激发宝宝与其他人进行交往的兴趣，还可培养宝宝的语言表达智力。

②爸爸是提升宝宝交往—交流智力的重要人物。爸爸是宝宝人际关系网中的重要人物，所以，爸爸也要把宝宝看做是自己人际关系网中的重要人物，把与宝宝的互动交流纳入繁忙的生活日程安排之中，抽时间与宝宝一起运动、散步、说话、讲故事、做游戏等，充分发挥爸爸在宝宝早期教育中的重要意义。

③在与小朋友的冲突中发展交往—交流智力。父母都希望宝宝与小朋

友和平相处，但实际上这是不可能的，而且冲突是宝宝发展交往—交流智力的重要时机。父母不要把冲突看成是完全消极的现象，一出现问题就带着宝宝回避现场。



实际上，宝宝会在冲突中发现，是自己应该去适应别人，还是让别人来适应自己，用什么办法可以达到相互适应，这些问题会刺激宝宝的人际交往思维与技能，而此时正是需要父母帮助的时候。因此，父母应引导宝宝正视冲突，并积极地想办法解决冲突，而不是回避宝宝与其他小朋友之间的冲突。

④做一些需要分享与合作才能玩起来的游戏。宝宝是在实际情景和操作中学习交往—交流智力的，抽象的说教和空洞的灌输不符合低龄宝宝的学习特点，所以父母应创设一些需要分享与合作才能玩起来的游戏，让宝宝在玩乐中获得真正的交往—交流智力。例如，玩“捉迷藏”游戏，妈妈和宝宝轮流玩“躲”与“藏”的角色，以后有机会的时候，还可以邀请两个小朋友轮流玩这个游戏；还有玩“捉老鼠”游戏，妈妈和宝宝轮流当“鼠”和“猫”，“老鼠”在前面跑，“猫”在后面追，妈妈为了培养宝宝的角色意识，可以在“老鼠”的身后塞一只“尾巴”，可以在“猫”的头上戴只帽子当猫耳朵，以增添游戏的趣味性。

⑤共同游戏与独自游戏相结合。不仅分享与合作等共同游戏可以锻炼宝宝的交往—交流智力，独自游戏也同样可以锻炼宝宝这方面的能力。因为交往—交流智力高的人通常会理解和尊重别人，不打扰别人的工作时间和私人空间，在适当的时候善于独处，这一点宝宝有时也可以做到。

平时宝宝自己开心玩的时候，妈妈可以远远地观察、欣赏；当妈妈忙着的时候，可以安排宝宝自己玩一会儿，这样的宝宝既能共处又能独处，通情达理，合作性好，是较高交往—交流智力的表现。

⑥在交往过程中，给予宝宝正确的社会交往技能教育。给予宝宝正确的社会交往技能教育，能帮助宝宝克服以自我为中心，增进积极的自我意识和社会意识，形成良好的个性品质，同时也能满足宝宝与小伙伴相处的社会交往需要。这些技能主要包括以下几方面：

关爱他人

人际交往具有互惠性，单向的付出会造成另一方的依赖性，长久下去会导致他对人际行为的错误理解，甚至忽略自己在人际交往中应该承担的责任和义务，对于认识水平较低的宝宝来说更是如此。

因此，父母不但要关怀和照顾宝宝，也要引导宝宝关怀和照顾父母，可以让宝宝做一些力所能及的事情。比如去超市的时候，可以跟宝宝说妈妈累了，宝宝能不能帮帮妈妈，即使宝宝只拿一袋面包，也要及时地表扬宝宝会关爱他人了；有时可以让宝宝递一份报纸，摆摆拖鞋，给奶奶捶捶背，为爷爷拿眼镜，自己收拾玩具，照顾其他小朋友等，这些引导都对培养宝宝人际交往的角色意识有积极的意义。

尊重规则

宝宝在家里，常常以自我为中心，全家人围着他转，尽心尽力满足他的合理或不合理的需要。而和小朋友在一起时，多少都会约束他的专横行为，严格奉行集体游戏的规则。在集体中，宝宝会慢慢明白，以个人为中心，独占玩具，企图支配和控制别人，在小朋友中是行不通的。宝宝只有学会尊重规则，学会与别人平等友好相处，才能被小朋友们所接纳。在与小朋友的交往中，宝宝能学到很多社会技能，他学会了游戏与共同合作，学会了给予和接受，这些都有助于纠正宝宝任性自私的行为，也许在这个过程中，宝宝会受到委屈，但这些也是他必须学习的。

学会分享

分享食物：让宝宝在“做”上学习与别人共享食物。比如，家中就剩

下1个苹果了，可是家中有3口人，妈妈可以问宝宝："该怎么分呢？"或许宝宝想自己吃这个苹果，这时，妈妈可以引导宝宝把苹果分成3份，与父母分享。



分享玩具：每个宝宝都有自己喜欢的玩具，也都有让别的小朋友喜欢的玩具，这时可以跟别的妈妈商量，请她们家的宝宝各自带着玩具一起玩，让宝宝在玩中学会分享，学会"轮流、让一让、等一等"等友好交往的技能。

分享快乐：当宝宝生日或者是什么节日时，妈妈可以鼓励宝宝邀请小朋友来家中玩，一起庆祝，让宝宝在与小朋友分享快乐的同时，培养宝宝的交往—交流智力。

二、父母早教与婴幼儿智力

年轻父母在关注宝宝健康的同时，想的更多的是：如何让自己的宝宝更加聪明。众所周知，宝宝的大脑在孕期至3岁生长发育速度最快，接受能力非凡，被称为"天才的胎生吸收能力"。

其实，基因和环境都对宝宝智力起着重要的作用（包括宝宝的健康和营养状况以及家庭的教养）。即使是基因起着最主要的作用，父母的影响仍有相当大的余地。一个人幼年脑子正在发育时，父母的关注有助于宝宝

形成对智力发展十分重要的复杂的脑部电路。

1.家庭情感氛围与宝宝智力

宝宝有强烈的情感需要，情感上受到冷落的宝宝，不但动作发展缓慢，智力发育也比较迟缓。反观那些在慈爱、热情的父母关心下成长的宝宝，都能较健康快乐地生活。

一般而言，父母给予宝宝全方位的爱，为宝宝每一点滴的进步而高兴，提供适宜宝宝成长发育的玩具，耐心回答宝宝的问题，给宝宝讲故事，悉心照顾宝宝的饮食起居……这些都可以促进宝宝丰富的感情和敏锐的思维能力的健康发展。

如果父母之间互敬互爱，给予宝宝以尊重，使宝宝从中获得自信，这种自信对宝宝的智力活动可以起很大的激励作用。反之，家庭不和、父母不关心或苛求宝宝，会使宝宝产生畏惧和焦虑心理，使他们缺乏安全感，从而大大压抑了他们的好奇心和探索精神，他们的智力发展就会受到阻碍。

2.教养方式与宝宝智力

父母的教养方式对宝宝的情绪、行为、智力的发展具有深远的影响。良好的教养方式常会使宝宝自信而愉快，比较容易与别人交往，在集体中也比较容易受到尊重和欢迎。

所谓良好的教养方式，通常是指父母可以与宝宝分享彼此的想法和活动，对宝宝给予更多的慈爱、信任、赞许和鼓励，而比较少表现出拘束和严厉。在这样的教养方式下，宝宝一般比较自尊、自主、自信、友善和独立，并且有较强烈的学习动机。

若父母的教养方式不当，宝宝在情绪上和行为上容易产生偏差，情绪不稳定，易产生紧张及反抗等。不适当的教养方式是多方面的，例如，父

母不关心宝宝，对宝宝表示拒绝及冷漠等；如果父母过分依顺宝宝，宝宝往往攻击性较强、粗心大意、固执；如果父母过分专制，宝宝的行为则倾向于礼貌、诚实、慎重、对权威较顺从，但依赖性较强。

当然，父母的出发点都是为了宝宝可以健康成长，但不同的教养方式，效果则大大不一样。有些父母和蔼可亲，让宝宝在愉悦的气氛中发展自己的创造力；有些父母声色俱厉，宝宝总是在恐惧的心理状态下畏畏缩缩地成长。

3.父母过分严厉与宝宝智力

过于严厉的家庭氛围使教育的作用减少许多，对宝宝的智力发展不利。父母声色俱厉，通常给宝宝造成心理压力，容易使宝宝感到紧张。用压力迫使宝宝学习，不利于宝宝智力和创造力的发展。因为宝宝的心理发展还不成熟，他们容易受到情绪的干扰，高兴起来信心十足、手舞足蹈，受到挫折时愁眉苦脸、消极自卑。而父母劈头盖脸的责备，会使他们缺乏信心和勇气，长此以往，会打消他们自觉进行创造性尝试的积极性，从而影响宝宝学习的主动性。在那种父母动辄就给予严厉责骂的环境里，宝宝会变得谨小慎微、唯唯诺诺。害怕和恐惧的心理会阻塞他们智慧的源泉，封锁他们的头脑，这样培养出来的宝宝只可能是听



话的模范，而不是充满创造力的开拓者。

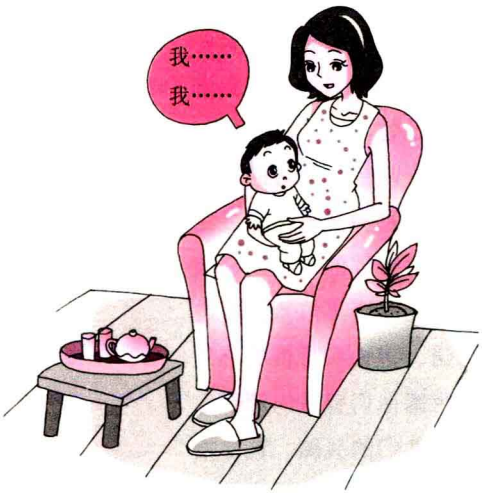
对宝宝过于严厉也不利于融洽父母与宝宝之间的亲密感情，尽管教导宝宝也是出于爱，但不恰当的方式只会让宝宝感到父母的冷漠，从而与父母之间产生距离，使宝宝不愿意过多地亲近父母，他们会害怕父母，不敢向父母请教问题。

4.父母过分溺爱与宝宝智力

父母过分溺爱宝宝会直接或间接地影响宝宝的智力发育，父母应多多注意。

（1）过分溺爱影响宝宝的健康和生活自理能力的发展

宝宝在成长中如果缺乏父母的爱，会影响其智力发展；但是若父母爱得过分，变成了溺爱的话，也会影响宝宝智力的发育。例如，在饮食中，父母如果对宝宝过分照顾，好的东西任他吃，想吃什么就给什么，这会养成宝宝偏食的不良习惯；宝宝如果食用了过多的精细食物，不但会影响宝宝口腔、牙齿的发育，还会在“优越的条件下”出现维生素及其他营养素的缺乏。



在日常生活中，冬天怕冻着，夏天怕晒着，出门怕摔着，和小朋友在一起玩怕受欺负等。父母的这些表现，表面上看起来是关心宝宝，实际上却限制了宝宝自理能力的发展，使宝宝总是对父母过分依赖，最终可能会一事无成。

(2) 过分溺爱影响宝宝的肢体活动能力和思维能力

什么事情都由父母包办代替，宝宝肢体的灵活性、协调性就难以得到发展，宝宝容易变得懒惰及行动笨拙。要知道肢体活动由大脑指挥，同时肢体活动又可以刺激大脑的发育。凡事都由父母包办代替，宝宝的依赖性增加，头脑中根本不去想有什么事要做和如何去做，思维能力自然就不能得到很好的发展。

(3) 过分溺爱影响宝宝良好性格和气质的养成

溺爱，过分迁就，对宝宝提出的要求一味满足，毫无节制，会使宝宝变得任性、自私、态度粗暴、不尊重长辈、不爱护伙伴，一旦受到挫折或要求得不到满足的时候，宝宝就会大哭大闹或意志消沉。不良习惯养成后，他可能会采用其他相应的方法来满足自己的要求，以致造成大错。

(4) 过分溺爱影响宝宝的正常交往能力

在家庭中被过分溺爱的宝宝，不能广泛地接触同龄的小朋友，各种感知和适应能力的发展会受到限制。在与小朋友的交往中，会因缺乏正确处理相互关系的能力、缺乏耐心而受到其他小朋友的冷落和孤立，使宝宝变得孤独、自闭，社会适应能力变差，甚至将来入学后还不能很好地适应学校生活。

5.父母感情不和与宝宝智力

一个幼小的宝宝，渴望温暖的家庭和父母无微不至的关怀，然而，他却长期处于紧张、恐惧、压抑的氛围之中，每天都有有害的不良信息输入大脑。这些有害信息，对一个还不能分辨是非的宝宝的成长发育会带来怎样的打击，其答案是不言而喻的。

宝宝接触机会最多、受影响最深的就是他的父母。如果父母感情不和，经常吵架，甚至家庭破裂，都会在宝宝幼小的心灵中留下难以磨灭的心理伤痕，对其性格的形成与发展以及正常心理的发育，都可能会产生不良影响。

首先，父母之间发生争吵，甚至大打出手时，可能会借宝宝发泄愤怒，宝宝就成了无辜的出气筒、受害者。由于父母之间怄气，宝宝还会遭到冷落，得不到应有的关心和爱护。家庭破裂可能会使父爱或母爱缺乏甚至缺失，这会使宝宝感到孤独、失落，性格也很难健康、全面发展。

其次，对于父母的争吵甚至大打出手，宝宝往往会感到恐惧，不知如何是好，只能哇哇大哭。争吵缓解后，又会因为不知道应当依靠哪一方而无所适从。所有这些都会给宝宝无故增加烦恼，给其幼小的心灵蒙上阴影。

此外，假如父母双方长期不和，动不动就恶言相向，会给宝宝造成潜在不良影响，使其也变得暴躁、冲动。同时，宝宝也可能会因为父母之间的不和而怨恨自己的家庭，对父母、对生活失去信心，对周围的人缺乏感情，自暴自弃。

6.开发宝宝智力父母应怎么做

年轻父母最自豪的就是看到自己的宝宝健康成长，智力发展迅速。在宝宝成长和成熟的过程中，父母的作用是不可忽略的。宝宝智力的开发当然是越早越好，从宝宝出生之后就可以有意识地开发小宝宝的智力了。当然，早早开发宝宝的智力，绝不是要父母揠苗助长，强行灌输书本上的东西。

父母的付出不一定能造就一个爱因斯坦，但是对宝宝的智力发展却是至关重要的。

(1) 父母应该以欣赏、欣慰、感恩的心态对待自己的宝宝，自始至终对自己的宝宝充满信心和希望

每个宝宝都是一个潜在的天才！每个宝宝都不同程度地拥有各种智力！每个宝宝都有可能将其中的一种或几种智力发挥到淋漓尽致、出类拔萃！

(2) 父母应该重新认识“智力”，及时转移开发宝宝“智力”的重心

传统的智力以言语—语言智力和逻辑—数理智力为核心，父母主要

关注宝宝言语—语言智力和逻辑—数理智力的培养和发展。其实，智力是“在一定的社会文化背景下，个体用以解决自己面临的真正难题和生产及创造出社会所需的有效产品的能力。”父母应该及时将开发宝宝“智力”的重心转移到培养和发展宝宝“解决实际问题的能力”和“生产及创造出社会需要的有效产品的能力”上，注重宝宝适应社会发展需要的素质的全面提升。

（3）父母应该与时俱进，终身学习，不断掌握“激活”宝宝各种智力的有效方法

智力是一种潜能，是人的中枢神经系统的潜在发展能力。父母可能成为这种潜能的激活者，也有可能在无知中或无意间成为这种潜能的“终结者”。因此，激活宝宝的“潜能”，不仅需要父母的爱心，更需要父母的智慧和技巧。父母应该积极主动地学习，终身学习，不断汲取最新的科学的教育理念和教育方法，客观地观察宝宝、公正地评估宝宝、合理地引导宝宝、科学地“开发”宝宝……高效地激活宝宝的“潜能”，使宝宝的生命更加精彩！

（4）父母不应该盲目“跟风”，更不能生搬硬套

家教模式及方法没有最好的，只有最合适的。每个宝宝都是一个完整的生命体，都是一个独立的个体。每个宝宝都有着自己独特的智力组成及结构，有着与众不同的优势智力领域和弱势智力领域，有着自己个性化的学习风格和学习方法。父母应该注重因材施教，对症



下药。决不能盲目“跟风”、生搬硬套。适合别的家庭、别的宝宝的模式及方法，不一定适合你的家庭、你的宝宝！

(5) 父母应给宝宝创造一种鼓励“随意学习”的气氛

父母给宝宝营造一种鼓励“随意学习”的气氛，可以让宝宝放松身心，更好地吸收所学知识。

①多听音乐。唱催眠曲或儿歌有助于宝宝脑部发展。给3岁宝宝上钢琴课或参加集体合唱，能大大增强宝宝的空间—速度推理能力，他们比不上课的宝宝在解答谜题时更准确、更快，而且空间和速度推理，在理解数学和科学上至关重要。

②鼓励探索精神。宝宝是通过探索、通过体验新事物来了解这个世界的。即使他们躺在摇篮或小床上时，眼睛也在看着外界的各种事物。他们好奇心极强，总愿触摸、玩弄、摩擦和口尝各种东西。父母要鼓励宝宝这么做，把玩具递给他们，让他们看和摸，和他们一起在地板上爬。

③叫出东西的名称和特性。有位母亲用玩具帮助3岁大的儿子辨别颜色，她经常说：“给我看红色的皮球”或“给我看绿色的篮球”。宝宝不会说“红”和“绿”两个词，但在一周岁以内就能懂得那两种颜色是不同的。父母需要说出某些东西不同颜色、不同大小、不同形状来加强宝宝的理解力。

④站起来欢呼。当宝宝第一次学会从杯子里喝水的时候，父母要大声叫“好极了”！每当宝宝做出成绩或学会做一件事时，父母的赞扬不仅表达了你的喜悦，而且还增强了宝宝中脑部分感情中心的前面皮层和扁桃状器官的联系。

宝宝10～18个月时，父母的夸奖会让他开心，他脑部就会释放出大量影响神经系统的化学物质，加强电路。相反，如果父母多次以漠不关心的态度来对待宝宝的新成绩，电路就得不到加强，宝宝也就不愿意再尝试新事物了。

(6) 父母应给宝宝营造一个开发智力的美好环境

父母应为宝宝智力的发展创造一个良好的环境，尽早开发宝宝的智力。

①色彩。色彩与宝宝智力的发展有着密切的关系。在彩色环境中成长的宝宝的智商要比在黑灰色环境中生活的宝宝智商高许多，而且想象力和创造力明显也要好一些。

宝宝睡醒时，他会睁开眼睛到处看。因此，父母应该在房间里放置色彩鲜艳的图画、挂画等，挂图可放在床栏杆右侧距宝宝眼睛20厘米处让他观看，而且每隔3～4天应换一幅挂图。父母可观察宝宝注视新挂图的时间，一般宝宝对新奇的东西注视时间比较长，对熟悉的图画注视的时间较短。

②形状。父母应把房间布置得有层次感、空间感，但不要显得很杂乱。除了日常的桌椅床铺、衣物杯盘之外，可以适当在宝宝房间悬挂一些晃动的彩色气球、吹塑球、小灯笼，能发出悦耳声音的彩色旋转玩具等。

③音乐。宝宝在母亲的腹中是伴随着母亲的心跳声成长的，母亲的心跳、呼吸节律可以说是他最早的音乐启蒙。在婴幼儿时期，对宝宝进行优美的音量适中的音乐熏陶，有利于宝宝音乐智能的开发。



较早把宝宝

带进声音的世界里，给新生宝宝一个有声响的环境，让其逐渐分辨出各种不同的声响，对于其认识世界和智力发育都是很有好处的。日常生活的各种声音，除过大、带有刺激性的声音外，都是可以让宝宝聆听的。

人的大脑接受外面的信息，会遵循一个原则：先入为主，即先进入大脑的信息占主导，以后同类信息将会被筛选，甚至排斥。所以，父母不要以为宝宝小，不懂欣赏音乐的好坏，就随便选择音乐。可以选择一些欧洲的古典音乐，如莫扎特、勃拉姆斯、贝多芬、柴可夫斯基等的上乘作品；或者是中国优秀的古典乐曲，如《梁祝》、《春江花月夜》、《高山流水》等。最好选择那些悠扬、舒缓的作品。

④交流。交流会使宝宝“更上一层楼”，告诉宝宝那是什么颜色，那个形状是什么可爱的动物，对着宝宝用眼神和言语表达感情，无疑对宝宝的语言和情商都是很好的熏陶。当宝宝看到这些画、玩具，看到妈妈的容颜，听到妈妈的声音，他会非常高兴，并在美好的环境里健康成长。

三、开发宝宝智力的早教方法

随着宝宝的不断成长，宝宝之间的差距也日益明显，有的机灵活泼，热情好动，擅长学习和模仿；有的羞怯胆小，缺乏探索精神，接受和掌握新事物、新技能比较慢。产生这些差别的关键在于父母是否给宝宝进行了适当的早期教育。

1.给予宝宝关爱

宝宝迫切需要爱，尤其是最早的几周和几个月，他更需要父母的爱。父母对宝宝的哭闹有所反映并不会宠坏宝宝。

如果父母一直对宝宝的哭闹及时回应，宝宝会信任你，并会感到强烈的爱和尊重。他知道自己的需要会得到满足，而不会感到紧张，同时会

慢慢学习爱以及建立人际关系。如果宝宝在最初的几周或几个月得不到关心，他长大后可能会内向、孤僻。

2.多跟宝宝聊天

跟宝宝说话，较快而模糊的话是没有用的，温和慈爱的声音才是最恰当的。妈妈的话语是宝宝最爱听的声音……当宝宝还是5个月大的胚胎时就一直在听了。

父母要做的事：用最擅长的语言，使用尽可能多的词汇；决不要忽视宝宝的学习能力；如果加上夸张的表情，宝宝会更乐意与父母交流。

3.经常抚摸宝宝

抚摸是强有力的刺激和学习工具。对于使宝宝平静下来也有很好的效果。与未接受抚摸的宝宝相比，常常接受抚摸的宝宝成长更快，焦虑更少。

父母要做的事：喂养时抱紧宝宝，经常拥抱他；给宝宝沐浴后，轻轻地全身按摩，可边按摩边唱歌或跟他讲话。父母要享受与他在一起的这一刻。



4.多玩一些游戏

游戏是乐趣，游戏是学习，宝宝在享受游戏的同时也在学习！与宝宝游戏时，父母也在帮助他发育。

游戏是宝宝的主要活动之一，宝宝通过游戏来认识周围事物，适应生活环境和发展智力。因此父母要给宝宝准备一些有利于开发智力的玩具，要多让宝宝和小朋友一起玩。

父母可用对比强烈的图片来帮助宝宝提高专心技巧与注意范围，宝宝在研究图片时，父母可以向他解释图片的颜色；从一开始父母就与宝宝玩手指游戏，帮助他“忽略”本能的“抓握反射”。只有学会“放开”，宝宝才能学会用手和手指。通过手指游戏，宝宝能学习语言和精细的动作技巧。

5.到大自然和社会生活中体验

大自然和社会环境最能吸引宝宝，最容易激起宝宝探索的愿望。因此，父母应多带宝宝到外边去玩，应让宝宝多接触大自然和社会生活。父母应让宝宝体验多种不同的环境，父母给宝宝带来的体验越丰富多彩，他的大脑受到的刺激也越多。

父母要做的事：外出散步，带宝宝到不同的地方，如超市、运动场和商业街等，让宝宝接触不同的事物与声音。

要避免把宝宝放在电视机前几个小时，这不会刺激他，宝宝需要的是真实的而不是虚拟的体验！

6.训练宝宝的感觉器官

在学前期，宝宝的具体形象思维比较发达，他们是依靠发育得比较完好的感觉器官捕捉事物的形象和特征的。感觉器官功能的好坏，对宝宝智力的发展具有决定性意义，所以父母要注意多多训练宝宝的感觉器官。

为宝宝提供安全的探索环境，如起居室地板等。宝宝需要很大的空间自己去发现、探索。

父母要做的事：将危险物品放到宝宝触碰不到的地方，盖上所有的插座盖板，把家具上所有的尖角垫好；提供给宝宝一些安全的玩具。

7.从小培养宝宝发展语言

学前期是宝宝语言发生和初步发展的时期，而语言具有发展智力活动的工具职能，它在人的全部心理活动中起着十分显著的作用。因此，从小发展语言，对一生的语言和心理的发展具有重要作用。例如，编讲形象生动而富有教育意义的故事，不仅能扩大宝宝的知识面，而且有利于发展他们的智力和口头语言的表达能力。

在宝宝很小时父母就要开始给他阅读，他可能不理解故事，但他会乐于倾听父母的声音和看图片。

父母要做的事：用有凹凸式图片或者有触觉刺激的能互动的书，向宝宝说明书内不同的纹理，让他抚摸并体会不同的感受。



8.培养绘画能力

绘画不仅可以锻炼宝宝的感官，还能发展宝宝的智力，同时可以培养宝宝集中注意力、克服困难等良好品性。

9.提供音乐环境

音乐不仅能使宝宝情绪愉快，还可以促进他们的情感与美感等心理品质的发展，从而增进健康，增加知识，发展能力。例如，放一些有利于宝宝身心健康的歌曲，学习各种琴类等。

在宝宝出生前对宝宝唱歌和演奏音乐对其大脑发育也是有益的。一般来说，节奏连续的音乐是最好的。人们发现莫扎特的音乐能刺激胎儿以后用于数学的神经元。

父母要做的事：唱儿歌与听音乐是父母与宝宝共享乐趣的很好的方式；吃饭时用音乐盒或录制的音乐营造平和的心情，玩耍时则用欢快的音乐等。

10.对宝宝要爱而不娇惯，注意培养他们的独立生活能力

父母对宝宝可以爱得很深，但不可以溺爱、娇惯，应当关心宝宝的德、智、体全面发展。父母不光要让宝宝吃好、穿好，而且要注意启发和引导宝宝，注意从小就培养宝宝的独立生活能力。

11.端正对宝宝的教养态度，培养宝宝的良好性格

父母是宝宝精神世界的开拓者，父母对宝宝的教养态度，在宝宝性格形成中占有重要地位。一般来说，父母对宝宝既严格要求，又尊重宝宝的意见，宝宝性格大都表现为亲切、直率、活泼、端庄，有独立精神、有活动能力，善于同大家协作共事；父母若对宝宝过分溺爱，事事满足宝宝的要求，容易使宝宝养成任性、撒娇、自私、放肆等性格，并且自以为是，做事缺乏责任心，没有耐心；父母对宝宝冷淡，置之不理，宝宝多愿意寻找他人的爱护，力图引起别人对自己的注意，有的甚至喜欢惹是生非，攻击和挖苦别人；父母对宝宝过分严厉，宝宝就会盲从、胆怯、冷酷；父母

对宝宝态度忽冷忽热、反复无常、令人捉摸不定，宝宝容易变得情绪不稳定、遇事多猜疑、忧虑重重、缺乏判断力。

12.父母在教育方法上首先观点要一致，并做到要求一致

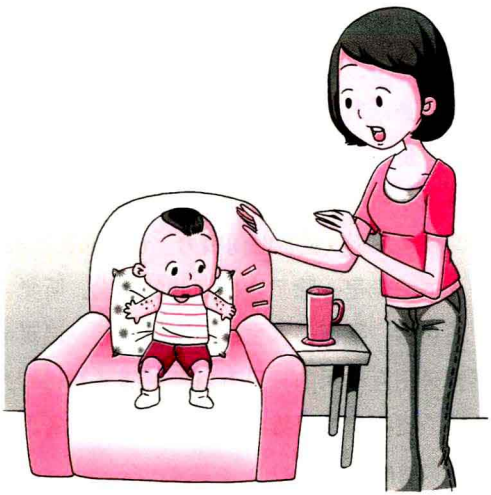
父母不应有的批评，有的袒护；有的答应，有的拒绝；有的赞成，有的反对。父母在教育观点上如果不一致，会弄得宝宝无所适从，不能形成正确的是非标准，甚至更加娇纵。

13.父母应当严格要求自己，做好表率

宝宝的模仿力很强，父母和宝宝接触的时间最长，因此宝宝对父母模仿得最多。由于宝宝的世界观尚未形成，宝宝模仿带有很大的盲目性，所以父母的一举一动、一言一行，都要符合道德规范，做好宝宝的表率。

宝宝对看父母的脸很有兴趣。从刚生下来开始，他就不断地分析父母的脸。他可能会模仿父母微笑、皱眉等表情。

父母要做的事：鼓励宝宝模仿父母。如父母可在抱宝宝时保持一定的距离，做鬼脸，吐舌头等，这时宝宝也会伸出自己的舌头！



四、父母早教须知

许多父母对早教心怀疑虑，主要是觉得宝宝还小，没有必要进行教育。然而宝宝出生后大脑已经发育较好，具有反应能力和学习能力，已经可以开始早期教育了。宝宝具有非常大的潜力，教育开始得越早，越有利于宝宝潜在能力的发挥。如果父母能够重视早教，尽早地让宝宝接触生活中的一些事物，对宝宝一生的健康成长都有好处。

1.早教方法三原则

首先，让宝宝对自己的身体感到自信。

宝宝对身体自信的前提是，要让感觉器官、大脑和运动系统充分地发展并达到协调。这是宝宝一生之中万事之初的重中之重，是所有其他方面得以发展的前提和保证。

要做到这一点，就要让宝宝充分地去感觉和探索他周围的真实世界，多感受、多探索、多运动、多做游戏——用嘴、用手、用身体的各个部位去体验，多玩、多爬、多跑跳等。如果这个阶段宝宝的时间被用于在父母的引导下学习或是坐在屋子里看电视，他将失去宝贵的发展机会，那么，今后弥补起来不仅耗费时间精力，也是非常困难的。

人的感觉里，除了众所周知的触觉、听觉、视觉、味觉、嗅觉五种之外，还包括：平衡感、生命感、运动感、温暖感、语言感和思想感等。这些感觉是相互作用的，只有当各种感觉都得到充分的发展，宝宝才能进入复杂的、更高级的思维水平，才会逐渐具备思考能力、洞察力、自我意识等高层次的能力。

其次，宝宝的发展需要时间。

宝宝的发展，不管是身体上的发育、还是语言、认知、社会行为等方面的发展，都需要时间。比如0～4岁宝宝的身体发育，每个月龄都会有不同的发展阶段，尽管每个宝宝不完全一样，但是，都会有一个大致的发展时间表。

宝宝的其他方面也是一样，再如认知的发展，宝宝在抽象学习之前，一定要具备大量的对真实世界的直接经验，他才能理解并把抽象符号和实际事物联系到一起，否则，宝宝今后的学习就只是填鸭，毫无乐趣可言。

父母能够做的，是为宝宝提供他真正需要的环境。从硬件上说，这个环境应该是尽可能真实美好的，而不是被书本、电视和抽象符号等充斥的；从软件上说，这个环境应该是安全的、充满爱的、有规则的、尊重的、鼓励的和帮助的氛围，而不是强迫的、生硬的、威胁的、训斥的甚至打骂的，更不能让宝宝做超越自身发展的事情（即使这件事从表面看来是被父母设计成让宝宝感到快乐的）。同时，父母也要尽可能做到保护宝宝在自然发展中表现出的好奇心、探索精神、想象力和求知欲望等。



最后，让宝宝具备健全的心理，具备人际交往的自信。

人类是社会性的动物。宝宝在逐渐成长的过程中，会发自内心地想和其他小伙伴一起玩。如果宝宝没有建立起正常的心理状态和人际交往的自信，他将在社会性交往中不断受挫，这会直接影响宝宝今后的人生状态。

现在的社会，非常强调沟通和团队合作，所以，良好的沟通能力、心理素质和人际交往能力，比知识的学习更加重要。

健全心理的基础，是父母与宝宝建立良好的亲子关系，让宝宝充分感觉到爱、安全感、尊重和自由。长期受压抑、紧张或是被冷漠对待的宝宝，心理会发生扭曲。作为父母，需要学习和了解宝宝心理的特性，理解宝宝各个时期的行为和表现。

宝宝的人际交往能力，也同样是需要时间去学习和掌握的，这个学习的过程，也要通过属于宝宝自己的游戏和活动来学习，而不是父母灌输给他的。此外，在宝宝的学习中，需要向成人模仿，所以，父母对待宝宝的方式，也将是宝宝对待其他人的方式，父母如果希望宝宝的人际交往能力强，自己首先需要自我完善和成长。

宝宝人际交往的自信，还来自宝宝在和别人交流方面的经验，其中语言能力是最核心的。此外，还有交流的技巧、倾听能力、身体语言、情绪的表达等。宝宝最好的老师就是父母，父母平时要多和宝宝进行有效的沟通，这种沟通应该是平等的，而不是命令或是强迫的。

2.早教注意把握机会

学前的宝宝，是人智能发展阶段中的关键期。这个时期的宝宝好奇心强，求知欲浓厚，凡事喜欢打破砂锅问到底，对许多事物都特别敏感。如果父母能把握机会，给予宝宝符合年龄特点的教育，就能促进他的智能发展，奠定良好的学习基础。譬如，德国著名的诗人歌德，在幼年的时候，他的母亲每天都对他讲故事，而且在关键处就突然停住，让歌德接着去想以后的情节；第二天，在讲之前先问他是怎么想的，等他说完了之后，再继续讲完故事，歌德的想象力也就是这样被逐渐培养起来的。

宝宝出生后，如果缺乏适当的学习机会，学习能力就会随年龄的增加而衰退，达不到他本来应有的智能水准。

宝宝智能迅速发展与同时期大脑的发展有很密切的关系。宝宝的大脑

已发展到接近成熟，为学前教育和智能的迅速发展提供了生理上的基础和可能性。这时学前教育如能提供丰富、复杂多变的环境刺激，可以促进大脑皮质细胞体积增大，细胞之间的联系也随之增多。因此早期教育得当与否，直接影响宝宝潜能的发展，值得父母重视。

父母在辅导宝宝时，宜考虑到学龄前宝宝的特点。宝宝除了有前述好奇心及求知欲的特点外，其身心亦处于迅速发展时期；因此，其学习反应带有很大的不稳定及随意性，在辅导时应诱导、启发其求知欲及好奇心，不应强迫灌输知识。所有的学习活动应和宝宝的生活、游戏连接，尤其应特别注意趣味性。具体不妨从以下几方面入手：

（1）正确组织和指导游戏活动，从游戏中发展宝宝的聪明才智

游戏是宝宝最主要的学习活动之一，也是促进宝宝心理发展的最好活动方式。宝宝的游戏有许多种类，例如创造性游戏：平面和立体的造型、拼贴、压印等绘画活动；看图编故事、玩木偶、故事接龙；自唱自演，随音乐自由创作的动作……



感觉运动游戏：可安排走、跑、跳、爬、推拉、跳绳、拍球等大肌肉方面的游戏；可以安排剪贴、玩黏土等小肌肉的游戏；也可以运用视、听、触、嗅、味等游戏；模仿家庭角色或社会上的人物，玩扮家家酒等。宝宝由于知识经验少，独立活动的能力较弱，因此在游戏时父母尽可能要有引导，给予积极的协助。

(2) 要循循善诱，启发宝宝求知、探索的精神

宝宝的知识经验缺乏，智能正在发展，当他们接触到复杂的社会和自然时，处处感到新鲜、好奇、疑惑，他们有强烈的求知欲，头脑中藏有许许多多的“为什么”，这是智慧的火花、创造力的萌芽。父母要把握这大好的学习机会、循循善诱，启发宝宝进一步探索的动机，以培养其积极主动的学习意愿。

(3) 编述故事，用故事来扩大宝宝的知识领域

一般来说，故事有内容、有情节、形象生动，宝宝都非常喜欢，也容易接受。好的故事不但能扩大宝宝的知识，而且能使宝宝的智能得到更好的发展。父母在编述故事时，应考虑到宝宝身心的特点，将一般知识融入故事中；讲述时，要有感情，把故事中人物的喜、怒、哀、乐等情绪表现出来，反映在脸上，语言明白生动、通俗，避免用成人的语言。另外，在故事中可穿插一些问题来启发宝宝思考，有时候也可用亲子故事接力的方式。

(4) 开拓宝宝生活领域，培养广泛兴趣

经常带宝宝接触大自然、社会中的种种事物，让宝宝有机会到处游览，去博物馆、科学馆、动物园、公园等，让宝宝体会世界的大、事物的多，也让宝宝从参观中扩充见闻，以激发其学习的兴趣。在参观前后能有机会和宝宝讨论，搜集整理资料，都是一种很好的学习。

(5) 父母的良好示范作用，会让宝宝耳濡目染，继而模仿学习

有怎样的父母就有怎样的宝宝，“宝宝是父母的缩影”这句话一点也不错；父母应该重视这种潜移默化的作用，把自己的好习惯、学习精神、创造性、开放的态度，在不知不觉中传给宝宝，以产生良好的认同作用。

3.对非智力因素的早期培养

目前，世界各地都十分重视婴幼儿的早期教育。在我国，不少父母，

尤其是广大独生子女的父母更是望子成龙。为了让自己的宝宝在未来社会中立于不败之地，父母们不惜钱财对宝宝进行智力投资：买昂贵的玩具，购电脑钢琴，请家教等；不管宝宝愿意不愿意，令其琴棋书画无所不练；稍大一些又进入过于复杂的思维训练……遗憾的是，许多人对早期教育缺乏正确的认识，认为早教就是单纯的智力开发。其实这是一种片面的观念，这种观念忽视了对婴幼儿非智力因素的早期培养。

心理学上将聪明才智或学习能力称为智力因素，它包括感知、记忆、思维、想象等；将学习动机、兴趣、意志、情感与个性中的性格称之为非智力因素。人的学习和成才过程，是一个智力与非智力因素相互影响，而又以非智力因素起决定作用的过程。

在社会活动中，人的智力因素要想发挥最大效能，必须有优良的非智力因素积极参与。优良的非智力因素对智力开发有积极作用；而缺乏优良非智力因素的人，其智力是不可能充分开发出来的。精力充沛、情绪稳定、独立、有进取心、能积极探索周围世界的婴幼儿，其智商增长较快；稍大一些婴幼儿的智商增长与强烈的成就动机关系密切。

当然，我们并不否认智力开发的重要性，因为非智力因素不能代替智力因素的各种基本功能，不论多么优良的非智力因素也不能使“白痴”变成科学家。



总之，婴幼儿时期是培养非智力因素的重要时期。良好的非智力因素的形成，将促进婴幼儿的智力开发，并使其今后一生受益无穷。因此，在婴幼

儿期间要给予宝宝正确的教育，在智力开发的同时也要重视非智力因素的培养。关于培养哪些良好非智力因素及如何培养，主要注意以下几方面：

(1) 自信心的培养

有位名人说："自信是成功的一半。"一个人只要有成功的信心，就能把全部热情、精力集中到所追求的目标上。父母的积极评价，对宝宝自信心的形成非常重要。当宝宝完成某件事并取得成功时，父母应给予积极评价，如爱抚、鼓励、点头、微笑、表扬等，这样做能激起宝宝继续上进的愿望。当宝宝做了错事，应冷静分析，合理批评，不可讽刺、挖苦、谩骂、挫伤宝宝的自信心。

(2) 成功体验与好胜心的培养

好胜心是一种敢于竞争，欲求取胜的向上的心理品质。父母应经常激发宝宝的好胜心。比如，组织各种类型的游戏比赛，鼓励宝宝敢于竞争，争取优胜成绩，使他们体验到成功的快乐和满足。如果失败了，父母也应说："只要自己尽了最大努力，失败没关系。"

(3) 好奇心和求知欲的培养

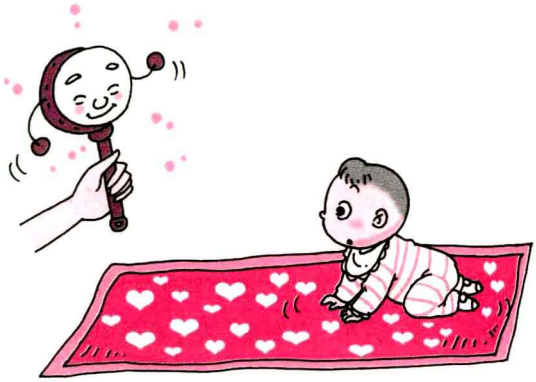
宝宝的学习往往受兴趣的支配，如果有了强烈的好奇心和求知欲，宝宝就能较早地表现出对知识的渴求。因此，父母应正确引导宝宝去观察、思考，让他们亲自看看、听听、闻闻、尝尝、摸摸。父母在节假日可带宝宝看电影、听音乐会、参观博物馆或名胜古迹、旅游等，增加他们的见识，多提供动脑、动手的机会。

(4) 独立性的培养

独立性强的人，在工作、学习和生活中，有自己独特的见解和创新精神。父母应要求宝宝自己的事情自己干，如自己穿脱衣服、整理床铺玩具、自己吃饭洗漱或让他们干些力所能及的家务等。有些事可征求宝宝的意见或让他们决定，不能事事包办代替。这样，宝宝才有施展自己才能的机会。同时父母应注意引导宝宝不任性固执，要听取别人合理的建议。

(5) "苦"的体验与坚持性的培养

世界上一切杰出的人物都是有坚强毅力的，都能够长期坚持不懈与



困难作斗争，良好的坚持性，必须通过痛苦的历程。父母应适时地给宝宝设置有一定难度的任务，让他们独立克服困难，争取完成。同时要求他们事情不论大小，既然做，就要尽力做好做完，不半途而废，让宝宝体验到“苦”的滋味，苦的体验是造就宝宝百折不挠、顽强拼搏的奋斗精神的根源。

（6）爱与良好情绪的培养

丰富的情感是人心理生活高度发展的必要条件。一个人有了良好的情绪，对生活充满爱，就会心胸豁达，始终保持最佳的心理状态，智力也能得到充分发挥。父母给宝宝的食物哺育是远远不够的，宝宝更需要爱，即父母、师长、同伴之爱。爱是宝宝必需的精神营养，如果宝宝对爱的需求得不到满足，易形成孤僻、焦虑、紧张、冷漠的个性。父母不但要给予宝宝爱，还要培养他们从小学会爱、爱祖国、爱知识、爱朋友、爱艺术、爱自然、爱劳动，爱一切有趣的事。

（7）良好的家庭气氛与优良性格的培养

宝宝的性格是在家庭、学校和社会生活互相影响下形成发展起来的。温馨、和谐、民主、平等的家庭气氛对宝宝优良性格的形成非常重要，而紧张破裂的家庭必然伤害宝宝的心理。父母的言行对宝宝有潜移默化的影响，因此，父母要特别注意自己的榜样作用，如经常看书学习，为人正直，讲话文明礼貌等。

4.开发创造性思维

年轻的父母都希望宝宝今后能独立思考，具有创造性，那么就要从小对宝宝进行创造性思维的训练。可以从以下几方面入手：

(1) 鼓励宝宝提问、探索

父母为宝宝创设宽松、求知的环境，经常向宝宝提一些能启发发散思维的问题。如可以就“水”提问题：水有什么用途？什么东西在水里会漂浮？水为什么会变冷？水可以有哪些颜色？水里通常有什么东西？同样，也可以就火、冰、汽车、自行车、花、树等向宝宝提问。

此外，向宝宝提“有什么用”和“怎么办”之类的问题也能启发宝宝的思维。如筷子有什么用？渴了怎么办？迷路了怎么办？世界没有太阳怎么办？对上述各类问题，要求宝宝答得越多越新奇越好。父母要注意，不要用成人的理智去制止宝宝开阔的思路，因为创造性思维从某种意思上说是一种异想天开，并非都很符合逻辑。

(2) 建立“成果登记簿”

鼓励宝宝独立从事操作性的活动，如帮助做家务，利用废旧物品制作各种小玩具等。为了及时抓住宝宝创造性思维的火花，父母最好为宝宝建立一本“成果登记簿”，把宝宝在一定时间内完成的事情，或者各种新奇的想法全部记录下来。记录的内容包括日期、完成事情所用的时间、宝宝的心情和成果等。即使是做得不好，甚至做糟的事情也应该记下来。这可以成为宝宝从事创造性尝试的完整记录。

(3) 帮助宝宝克服单向思维

宝宝的思维具体形象，而且常常是从自己的角度去认识事物。例如，妈妈将奶瓶里的牛奶倒入大口杯时，宝宝会觉得牛奶多起来，因为大口杯的口径大；当他不愿被别人发现时，会用小手捂住自己的眼睛，以为这样别人就看不见他了。单向思维是低级的思维形式，它妨碍创造性思维的发展，父母应该帮助宝宝克服单向思维形式，而养成多角度思考问题的习惯。

5.给宝宝表现潜能的机会

现实生活中，父母们无不对自己的宝宝充满成长的期盼，当看到人家的宝宝表现杰出时，不少父母常会埋怨自己的宝宝一无是处。这种一味埋怨宝宝的做法不仅徒劳无益，而且会伤害宝宝幼嫩的自尊心。事实上，每个宝宝都有潜藏的才能，即便是临床上认为弱智的宝宝也是这样。发挥宝宝的潜能，给其日后成才打下坚实的基础，才是每一位父母应当着力去做的事。

父母要随时注意自己的言行举止，更要不断提高自身的文化水准，加强各方面的修养，以保证做到以下几点。

(1) 留意观察

在日常生活中，注意观察宝宝的行为举止、喜好憎恶，在他与别人玩耍、交谈或在自己阅读、游戏时，可以察觉出他虽不爱弹琴却喜欢绘画，虽没有耐性却有创意，虽不擅言词却很热心，把这些蛛丝马迹记录下来，你就能归纳出宝宝的性格趋向或擅长的一面，从而诱导激发其良性发展。

(2) 制造机会

了解宝宝的性格趋向与喜好之后，别忘了给他机会多加练习。比如，鼓励宝宝给家人表演一个节目；每周选择一个晚上给家人朗读短文并发表心得；让宝宝把当天经历的有趣的事叙述一遍或记录下来……更重要的是，随时给机会让宝宝帮你的忙，只要是他力所能及的，如洗碗、拖地、收衣服等。这样越做越熟练，越有



信心，宝宝才不会退缩在自卑自闭的角落里。

（3）耐心等待

既然给宝宝机会，就要耐心等待宝宝发挥潜力。有些父母一时叫不动宝宝做家务事，干脆自己做；嫌宝宝不会买东西，索性自己出门；认定宝宝念不好书，便帮他一题一题复习……久而久之，宝宝生出惰性，心想反正父母一定会伸手援助，便乐得坐享其成，让自己的“天资”睡着了。所以，当父母埋怨宝宝懒惰时，不妨扪心自问，是否对宝宝缺少耐心，把宝宝的表现机会“洗劫”一空了。

（4）给予鼓励

当宝宝自己动手做、开口说时，应该给他肯定的赞美和鼓励的掌声。因为，即使是个天才，也需要有一个练习的机会来酝酿信心，而后才能越走越顺。如果只是一味地打击、批评，宝宝可能会窘得抬不起头来，再也不肯尝试了。

五、早教开发婴幼儿智力的禁忌

宝宝的心灵是脆弱的，他们希望得到支持和理解，每一句鼓励的话语，都会使宝宝信心百倍；但是一句粗暴的呵斥，足可以使宝宝的尊严受到极大的伤害。

轻易地否定自己的宝宝，对他们的能力表示怀疑，是非常可怕的。“傻、呆、笨、坏”，在宝宝的心中是最严厉的判决，无情地将他们变成了一个“另类”，在与周围环境格格不入的同时，他们的心灵世界也会变得一片灰暗。

其实，每一个宝宝都是天才，只是许多父母缺少发现，没有找到正确、恰当的培养方法，而使“天才”与自己的宝宝擦肩而过。

1. 早教禁忌 父母需谨慎

无论宝宝好动还是好静，内向还是外向，对宝宝来说并无好坏，不同的只是我们对不同性格赋予的观念。在一个社会人群中，需要不同个性的人有机地构成一个整体，既相互牵制又相互补充。但我们的社会有时却只会认同某些性格特征，相对排斥另一些性格特征。当一个社会不能理性地对待不同个性的时候，父母便会为宝宝的某一性格特征担心。不接受宝宝的父母总会逼着宝宝“东施效颦”，甚至“削足适履”，这种强行“修剪和嫁接”的方式，只会损人而不利己，让宝宝在备受煎熬的同时，带给父母的也只是一个个无眠之夜。

一个人的心理、性格是否健康，很大程度上取决于他对自己个性的接纳程度，接纳程度的高低决定了其对自己的满意程度，而满意的起源在于身边最亲近的人是否对他满意。如果父母老觉得宝宝不好，久而久之，宝宝也会觉得自己不好，对自己不接纳、不喜欢，由此产生的自我冲突，可能会伴随着宝宝一生。一个不接受自己的人是痛苦的，做一个不是自己的人更为痛苦，因此，让宝宝快乐地“做”自己，是对宝宝最好的教育。



(1) 忌瞧不起宝宝

也许父母着急的情况下会对宝宝说：“你这么这样笨啊！”或者“你是木头人吗？”等。每当这类瞧不起宝宝的话脱口而出时，都会损伤宝宝的自尊心、削弱宝宝的自我观念。

(2) 忌恐吓宝宝

父母采用恐吓的方式来管教宝宝，会减弱他的自我观念。如果父母说："你下次再这样，就要你好看！"或者说"你再乱扔玩具，妈妈就要把你的玩具都丢掉了。"每当宝宝听了这些话，他们会惶恐难过，从而对父母产生一种恐惧心理。

(3) 忌贿赂宝宝

有些父母许诺宝宝，如果读书成绩好，就给买什么东西，以此将刺激作为动力，这不是个好办法。这样的贿赂会引发宝宝做事的动力由内转向外。他不是为学习建立起来的良好自我观念而学习，而是为了物质奖励。这样不利于宝宝树立良好的学习目的性，也不利于宝宝的健康成长。

(4) 忌逼宝宝答应"下次不敢了"

宝宝犯了错误，妈妈气极地说："好，现在你要答应我，你再也不敢这样了。"可不一会儿，宝宝老毛病又犯了，妈妈觉得自己受了骗，大怒地骂道："你答应妈妈的，怎么又不乖啦？"其实，妈妈该知道，要小孩子许诺是没有意义的。许诺和恐吓是一对难兄难弟，对宝宝不会起积极的作用。假使碰上敏感的宝宝，逼他许诺反而会使他因再度犯错而感到害怕难过。即使宝宝不太敏感，也会使宝宝口是心非。

(5) 忌过度保护监督宝宝

过度保护监督宝宝会挫伤宝宝的自我观念，削弱培养宝宝的自主能力。因为当父母过分监督宝宝的行为时，其实也是在告诉宝宝："你不能照料自己。"

大多数父母对宝宝照料自己的能力不很自信。父母应该把"只要宝宝自己能做，决不包办代替"当做座右铭，这样才能逐步培养宝宝自己照料自己的能力。

(6) 忌对宝宝唠叨不休

过分唠叨不休会使宝宝觉得父母认为他没有理解事物的能力，久而久之，宝宝会产生厌恶不快的感觉。其实，有条理地向宝宝交代事情，会增强宝宝的自信心和自尊心。

(7) 忌强迫宝宝立即盲目地服从他人

如果你硬要宝宝丢开他正做着的事，听你的话做别的事，他的反应会很不乐意。父母应事先提醒宝宝，等一会儿要他做什么，比如说："宝宝，差不多再过十分钟，你该去洗澡了！"同时，父母也可以允许宝宝在服从命令之前有稍作抱怨的自由，比方说："喔，妈妈，我非要现在去洗澡吗？"

要求宝宝立即盲目地服从，对培养独立的孩子毫无益处。

(8) 忌过分纵容宝宝

纵容宝宝并不利于宝宝成长。因为宝宝迟早要成长为社会人，而走入社会，有些在家里行得通的事，到外面就很难说了。所以，纵容宝宝只会剥夺宝宝潜在能力的发展机会，阻碍他成为能干、独立、能自我调节的人。



2.早教心理禁忌

许多父母觉得自己的宝宝不如别人家的宝宝个性好，很多是出于学业上的考虑。其实，直木做梁、曲木做犁，物尽其用、人尽其才，才能各得其所。俄国心理学家对此打了一个有趣的比方："一个身高两米的人在潜艇里工作，他只能在里面爬行。暂且不说他未必能从这项工作中获得乐趣，单从能否又快又好地完成工作，或是取得较大成绩，以及他做这项工作会不会有利于他将来的发展角度来看，这个选择就已经超出了人的心理适应能力的底线了。无论多么理智和务实，您都无法强迫自己适应哪怕是接受这件事。后来，那个身高两米的人为了能在潜艇上坚持工作，去看了外科医生，他对外科医生

说：‘最好能把我的腿锯掉一段，要不然太不方便了……’”一个令人羡慕的高个子因为没放在合适的位置上，优势变成了劣势。

（1）忌娇惯溺爱

开口不离“好”，出门不离抬，吃饭任其要，穿衣任其挑，就会养成宝宝任性的性格。父母“爱子—溺子—误子”，这往往是现实生活中一些青少年步入歧途的三部曲。

（2）忌袒护

在日常生活中，宝宝当众做错了事，父母明知不对；却以种种理由加以庇护和掩盖，其结果必然使宝宝不能正确对待缺点和错误。

（3）忌哄骗

有些父母图一时安宁，不惜编造假话欺骗宝宝，这样耳濡目染，容易使宝宝效仿父母，养成虚伪不诚实的品格。

（4）忌讽刺

有些父母对宝宝讽刺挖苦，以为可以“激发”其上进，结果却适得其反。

（5）忌苛求

父母对宝宝“恨铁不成钢”，凡事都要尽善尽美，稍有不满意便大加训斥，使宝宝无所适从，思想感到压抑和束缚，时间长了宝宝有可能走向反面，我行我素。

（6）忌放任

父母对宝宝不加引导和教育，放任自流，任其所为。不尽父母责任，后果难以预料。

（7）忌打骂体罚

现实生活中，有些父母信奉“不打不成器”的信条，不能以理服人，而是打骂、体罚，结果不但起不到教育的目的，反而损伤了宝宝的自尊心，往往还可能会产生感情对立。

（8）忌注意力不集中

要让宝宝自己选择适宜的游戏和运动，培养他们集中注意力的能力，专心地完成一项工作的能力，训练宝宝持之以恒的毅力，做什么事都要有

始有终。而不要反复要求宝宝更换活动内容。

（9）忌缺乏适应能力

父母要训练宝宝适应环境的能力，这样对宝宝的发展是非常有益的。

（10）忌无控制力

父母要训练宝宝学会控制自己的情绪，包括控制自己不合理的要求和愿望等。

（11）忌忧郁沉默

父母要培养宝宝乐观幽默的性格，而避免让宝宝形成郁郁寡欢的性格。

（12）忌依赖

父母要让宝宝经受一定的困难，让宝宝学会克服困难，应从身、心（体格和性格）两方面进行磨炼。父母要从小培养宝宝独立的能力，这是宝宝心理健康的关键。

六、家庭早教开发宝宝智力要点

家庭教育与宝宝个性的形成关系密切，并将影响宝宝的思维方式、行为方式及个人成长。宝宝大概可分为三种类型：易教养型、难教养型、缓慢的活跃型。



难教养型宝宝容易形成许多不良个性，对其身心发育构成威胁。但是宝宝的个性并非是导致心理和行为问题的前提条件，如果父母善

于运用适当的教育方法加以引导，是可以改造宝宝个性中的弱点和缺陷的；反之，如果家庭教育不得法，即使是易教养型的宝宝也可能出现行为异常。

当前，独生子女的家庭教育问题备受社会所关注。独生子女无论属何种类型，由于他们所处的特殊环境都容易使其向难教养型倾斜。独生子女往往是家庭中的“小皇帝”“小公主”“小太阳”，他们习惯于无条件地得到想要的一切东西，且不懂得和他人分享。所以说，溺爱型的家庭教育方式常常是培育利己型宝宝的温床。由于没有兄弟姐妹，使宝宝难以产生互相支持、互相帮助的感情，而这种感情又是将来形成互助、互爱和集体主义道德观念的基础，也是谦让克己美德的源泉。

父母应该使宝宝体验到自己是独立的个体而不是父母的附属品，要相信宝宝能独立地处理好自己的生活琐事，能够自由地探索周围世界，可以支配自己的行动。开放型的家庭教育有利于培养宝宝的独立自主精神，也有利于宝宝创造意愿的产生和创造活动的进行。

父母是宝宝最直接的抚养者和第一任教师，应该了解和掌握正确教育宝宝、培养宝宝良好个性的重要性和有关知识；同时要注意发挥父母的表帅作用，做到对宝宝既爱护又严格教育，既宽容又不放任，在树立父母的教育责任心的同时，运用适当的技巧，培养宝宝良好的适应能力，使他们的身心得到健康的发展。

1.智商和情商开发相结合

当今世界，科学技术突飞猛进，国力竞争日趋激烈。综合国力的竞争，越来越表现为经济实力、国防实力和民族凝聚力的竞争。国力的强弱越来越取决于人才的素质，取决于各类人才的质量和数量。而今天的宝宝正是将来国家所需要的人才。

父母要想培育出适应激烈竞争、国家所需的人才，应根据每个宝宝的特长有效地开发其潜智能，这就要求父母不断地学习和探索，对宝宝有一

定的了解。

(1) 身体方面

当前许多爸爸妈妈很早就开始了对宝宝的智力开发，然而大多数爸爸妈妈却忽略了重要的一点，即身体健康。假设你的宝宝确实是一名“神童”，智力超常，却体弱多病，试问“神童”可以维持多久？婴幼儿时期正是造就良好体能的关键时期，从宝宝的生长发育和人的成长规律来看，宝宝的早期教育把运动放在首位是比较科学和合理的。

(2) 良好性格方面

爸爸妈妈应该重视宝宝优秀的非智力素质的培养，做到在家庭生活的琐事中，在点滴的小事上，充分利用各种机会进行教育。例如：如果宝宝跌倒了，要让他自己坚强地爬起来；鼓励宝宝不要怕打针之痛等。不要小看这些平凡的随机教育，在爸爸妈妈的言传身教之下，会铸就宝宝勇敢坚强、不怕困难的性格以及比较强的独立生活能力，使宝宝的人生绽开分外绚丽的花。

(3) 智力开发

当前许多的爸爸妈妈在对宝宝进行智力开发时走进了一个误区，即认为教会宝宝掌握一种乐器、学会一种技能就是智力开发，实际上真正的智力开发应该让宝宝开阔视野，多接触自然、多思考和探索，在这一过程中学习知识，锻炼能力。



2.父母慎入早教误区

家里有小宝宝，做父母的一定特别开心，虽然做父

母的都爱宝宝，但不知不觉中，也会走入一些误区，从而阻碍宝宝的智力开发。

（1）不准掰手指数数

有些父母教宝宝数数时，看见他们掰着手指头数，就会要求他们放下手，要求心里记。其实，这种教宝宝数数的方法，并不科学。宝宝数字概念的发展，通常是由口头数数开始，然后是点着实物数，接下来宝宝能够推算出总数，最后，才是根据抽象的语言数字拿取相等的实物。

宝宝掌握初步的数概念，需经过由具体到抽象的过程。由具体到抽象是宝宝对周围事物形成各种概念的一般认识过程。所以在教宝宝数的概念时，要从具体出发。从具体出发，就是要从接触具体的事物开始，从亲自摆弄、接触、看具体事物中获得有关物体数量方面的感性经验开始。这种对数量的感性经验越丰富，就越有利于宝宝形成抽象数概念。

正确方法：数数时不妨让宝宝数数手指、衣扣、玩具等，让其从具体的东西开始学习。

（2）过分溺爱

有时候，父母的精心呵护反而会“伤”了宝宝。比如，有些父母，总怕宝宝走着会摔倒，会累着，于是喜欢用车推着宝宝或是抱着宝宝，这样一来，宝宝活动量小，协调能力、大肌肉的锻炼都不够，活动能力就特别差。宝宝吃饭、穿衣、收拾玩具，家人总是包办代替，会造成宝宝的动手能力和自理能力差；宝宝和小朋友发生争执，父母挺身而出，为宝宝讨公道，这种看似对宝宝的爱，会使宝宝今后生活能力差，社交能力差，不敢面对外面的社会。

其实，宝宝有着惊人的适应能力。他们需要运动和交流，甚至稍微还要有一点冒险，这样才能充分发掘他们身上的各种潜能。

正确方法：放开手，让宝宝自己收玩具，自己吃饭、摔倒后自己爬起来，能使宝宝更快乐，更有成就感。

（3）过分专制

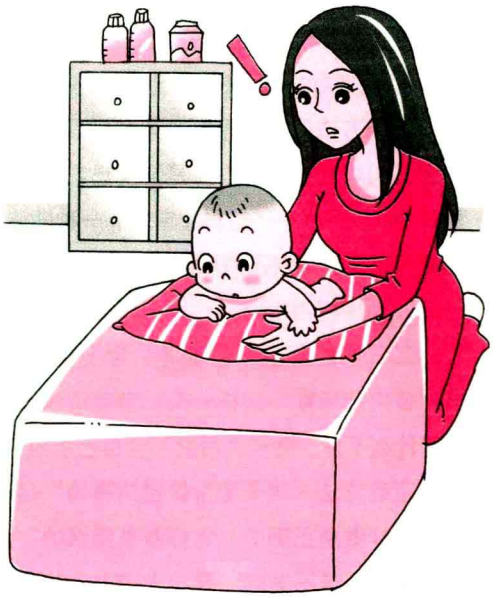
有的父母认为管教宝宝，就要从小做起，让宝宝绝对服从自己的意志。宝宝想要黄色的衣服，妈妈却认为紫色的好看，于是买下紫色的；宝宝想看《大耳朵图图》，妈妈却认为另外的历史故事更有意义……一切都是父母做主，宝宝没有任何可选择的余地，不听话就会挨批评。日久天长，宝宝就会变得畏畏缩缩，心里总是处于被压制状态，从而局限了宝宝的智力发展，宝宝变得胆小、怕事。

正确方法：假如宝宝提出的要求合理，父母应尽量尊重宝宝的选择，而不要把成人的思维强加给宝宝。

(4) 拔苗助长

有的父母对宝宝的智力发展和成长期望值太高，在教育宝宝的过程中操之过急，不遵循宝宝身心发展和智力成长的规律，“拔苗助长”，却往往适得其反，造成宝宝负担过重，难以适应压力而产生消极的心理倾向和行为。

正确方法：对宝宝来说，学就是玩，玩皮球锻炼宝宝的眼、手、脚协调能力；玩积木锻炼宝宝的创造力；玩插片锻炼宝宝的动手、动脑能力……这些能力都有利于宝宝今后的知识学习。



(5) 完全照书本养宝宝

许多父母多数以书为标准喂养宝宝，有的过分认真地执行书本上的要求，认为这样才是科学的。比如书上说宝宝8个月会爬、1岁半会串珠子，如果自家的宝宝不会，就异常着急，以为是宝宝的

智力发育有问题。其实，书本上的知识和要求不一定与宝宝的实际情况相符。有的可能说话早些，有的可能走路早些，每个宝宝的成长路线都是不一样的。

正确方法：父母把书作为参考，一旦觉得宝宝与书上说的哪点不一样时，不要着急，要综合考虑宝宝的发展，比如不会爬是不是因为穿得多啦，不会说话是不是因为没给他说话的机会……

(6) 以宝宝为中心

有些父母在吃饭时，有好吃的要先给宝宝，宝宝要爱吃哪样，父母就不能动。这样一来，宝宝觉得只有这样才是正确的，如果哪天父母吃了他爱吃的东西，他会哭闹，而且宝宝会在与小朋友的交往中，也会以自我为中心，认为只有自己重要。这样的宝宝会变得不懂分享，不懂爱。

正确方法：把宝宝看成是家庭成员之一，吃东西时，无论父母爱吃与否，也要让宝宝分给每人一份，让宝宝学会分享，懂得关爱。

(7) 满足宝宝的所有愿望

宝宝想要某个玩具，想吃肯德基，父母一定要满足他吗？其实不一定。无节制地满足宝宝的要求，会让宝宝觉得一切得来的太顺利，而人对于太容易获得的东西往往不会珍惜，而且从中获得的乐趣也就失去了。

正确方法：宝宝想要买某个玩具，可以对他说，假如坚持一周都去幼儿园，妈妈就买给你。要是宝宝想吃麦当劳，可以告诉他生日的时候在这里开生日PARTY……这样让宝宝有一种期待，有一种追求的愿望。但父母要注意一定要实现自己的承诺，不能骗宝宝。

(8) 父母替宝宝道歉

二三岁的宝宝一起玩时，宝宝把别人打哭，这时有些父母会挺身而出，替宝宝道歉。这样一来，宝宝认识不到自己的错误，而且也没觉得这样有什么不好。他长大后就不会自己承担责任。

正确方法：对于宝宝做错的事情，父母要及时给予纠正，因为宝宝不知道怎样做是正确的，怎样做是错误的，正误都需要父母指引。父母要告诉宝宝打人是不对的，要向人道歉，让他自己承担后果，这样才能让他记

住，明白对与错。

(9) 与出生不久的宝宝说话没必要

父母是宝宝学习语言的第一任老师，对宝宝语言发展有深刻影响。宝宝脑内的“听觉地图”大概到1岁左右完成，在此期间，给0岁婴儿输送越多的有意义的声音，越能促进宝宝脑内主管听觉的神经元的敏感性。另外，宝宝获得的词汇量的多少，很大程度上取决于母亲对宝宝说话的数量。

正确方法：当妈妈给宝宝穿衣服时，当妈妈给宝宝喂奶、换尿布时……可以告诉他：妈妈在给你换衣服，凉不凉啊？伸伸小胳膊、抬起头等。也就是说尽可能地与宝宝多说话，这是发展宝宝的语言能力所必不可少的。当到了一定时候，宝宝的语言会突然爆发，于是很多话就都会说了。

(10) 你唱红脸我唱白脸

有些父母总是在教育宝宝上不能达成一致，因此在教育宝宝的问题上常有分歧。总是出现妈妈惩罚宝宝，爸爸替他说情；或者爸爸对宝宝发火，妈妈为宝宝辩护等。有的父母因为教育宝宝的问题，还会互相指责，长此以往，宝宝可能会对父母不尊重，并且易产生投机心理，谁护着他就找谁。

正确方法：作为夫妻双方，在教育宝宝上要一致，私下多沟通，不要当着宝宝的面争吵。当一个人教育宝宝时，即使说的不对，另一方也不要当着宝宝的面指责。



（11）父母的冲突不会影响宝宝

大多数父母都知道，夫妻当着学龄期宝宝的面吵架是一件令宝宝紧张的事。但他们中的许多人并不知道，当着初生宝宝或尚不会说话的宝宝争吵，也会影响宝宝的思想或情绪。

当家庭中父母冲突升级时，8个月至2岁间的宝宝通常都会变得非常着急，并懂得要努力去阻止父母间的冲突。2岁以上的宝宝，在目睹父母之间或陌生人之间的吵架场面后，会很快地在与同伴的交往中模仿大人气势汹汹地说话和争斗，行为举止变得非常粗野。由此可见，父母应尽量避免在任何年龄的宝宝面前争吵。

正确方法：当在宝宝面前时，父母要学会克制自己的情绪。如果觉得克制不住，索性走出家门，当情绪平静了再回来。不要当着宝宝的面大吵大闹。

（12）物质奖励

奖励宝宝本质上并不是坏事，但是，父母必须明智地去选择何时何地用何种奖励。如果宝宝做什么事都期望获得物质奖励，那么没有得到物质奖励的时候，宝宝就会变得灰心丧气，他们甚至会认为没有物质奖励的事情不值得去做。物质刺激的确能对宝宝的行为产生巨大的影响，使宝宝有高度的积极性，可是产生的效力却是短暂的。父母只考虑物质刺激给宝宝带来的短期效应，而未考虑给宝宝造成的危害。从长远来看，这种方法注定会产生不良的影响。当宝宝受到多次物质刺激后，就会变得越来越依赖于物质刺激，甚至做一点普通的事也是如此。因此，父母应当慎用物质刺激，而多用精神鼓励的方法，给宝宝以精神上的激励。

正确方法：比如当宝宝能按时起床，自己穿衣服时，父母要及时表扬，夸他："你真棒！"或是亲一亲他。

3.开发宝宝智力，早期教育要讲方法

要开发宝宝的智力，婴幼儿时期是黄金时期。每个正常的婴儿，出生

时都具有像莎士比亚、莫扎特、爱迪生、爱因斯坦等那样的潜能，对宝宝来说，能否成才并不在于宝宝的天赋如何，而是取决于父母对宝宝早期教育的方法如何。

（1）父母应该从婴幼儿的心理发展的年龄规律出发，进行教育

采用的内容和手段“略为提前”一点，比如，当我们知道了宝宝动作、言语、视觉、听觉等的发展的一般规律，就可以提早一些创设条件，促进这些方面的加速发展。例如宝宝在4个月左右时，能够看见东西并可以伸手去拿，父母就可提前在3个月左右时，在他小床上悬挂一个够得着的彩色玩具。用来锻炼他的手眼协调，发展他拿取的能力；10个月左右的宝宝，会用拇指、食指抓住小物件，那么在8～9个月时，就为他准备小玩具，让他锻炼抓的动作，这对他探究活动的发展，会有促进作用；1岁2个月的宝宝会走路了，父母可以在宝宝1岁左右时就扶他练习走路，或用体操加以训练，促使他早走、稳走；宝宝1岁半左右是语言发展的快速时期，父母可在宝宝1岁时就运用游戏的方式训练他们的发音，表达对语言的理解；宝宝2岁左右时最爱听故事，父母可以提一点小问题，要他们回答，用来锻炼他们的表达力和理解力等。



一般来说，音乐、体育、美术的学习，婴幼儿期开始为好；外语的学习也是越早越好，为避免与本国语言混淆，可在3～8岁开始；阅读能力的培养，在5～6岁以前可以开始，因为4岁是形象知觉的敏感期；5岁以前，可以开始进行数的概念教育。

如果遵循上述宝宝心理发

展规律和心理年龄特征，进行早期教育不仅不会损害宝宝身心健康，而且有利于宝宝生理和心理的发展。 通过宝宝活动判断智力状况 要想了解宝宝的智力发展水平，不一定去到专门的机构做智力测验，在日常生活中父母也可以根据宝宝的活动来判断其智力水平：

让宝宝同你对话，就能知道宝宝的口齿是否伶俐，语句是否流利，逻辑思维是否有条理；让宝宝复述发生过的事情或听过的故事，就可以知道宝宝记忆力的强弱、兴趣的浓淡和注意力的持久程度；让宝宝看图说话、讲故事，就能测知他想象力的丰富和敏捷程度；让宝宝判断某些玩具和实物的大小、多少、粗细、长短。厚薄、轻重、高矮，就可以测查出宝宝对数的认识，了解他思维的快慢和判断力的强弱。

(2) 父母因材施教的原则

既然普通宝宝经过早期教育能够成才，那么，为什么有的家庭费了九牛二虎之力，却见不到有什么成效呢？这在于父母是不是运用了科学的教育方法。父母应根据自己宝宝的特点因材施教，总体上要把握几个原则：

①培养兴趣不强迫。从一出生，宝宝就是一个对环境有着浓厚兴趣的积极探索者，他求知欲旺盛，对任何事物都要问个为什么。培养宝宝对各种事物的兴趣是早期智力开发的一个重要方面。

②循序渐进而不冒进。画画时经常用到“渐变色”这个概念，即从一种颜色过渡到另一种颜色，中间是渐变的色彩。对宝宝的早期教育，也要利用这种方法。教给宝宝的知识应由浅入深，教育的方法要由易到难。宝宝的时间充裕，在进行基本知识和基本技能训练时，要稳扎稳打，不要急于求成。

③顺应发展不强求。对万事万物的生长、发展和变化，宝宝总是表现出积极的求知欲望。这种欲望一旦被点燃，即与对象之间发生了探究关系，就会迸发出强烈的主动性。如果强制性学习压力过大，不但会挫伤宝宝的学习兴趣，而且会抑制他们独创精神的发展。

(3) 早期智力开发的途径

对宝宝的早期启蒙，其开发的途径多样、不单一，要因材施教，根据宝宝发展的特点多渠道地灵活进行。常用的方法有：

①做游戏。这是促进宝宝智力发展的最好形式。在丰富多彩的游戏里，宝宝的各种能力都能得到迅速发展，并可养成宝宝克服困难、勇敢机智、相互帮助、互相配合、团结友爱的良好品德。

②讲故事。这不仅能扩大宝宝的知识面，而且有利于发展宝宝的记忆力和口头语言表达能力。在讲故事的过程中，可以在情节转折处提出适当的问题，让宝宝猜猜结尾如何，并讲讲自己的想法，以训练宝宝的想象力和创造力。

③听音乐。可促使宝宝的听觉敏锐程度不断提高。在听音乐活动中，要引导宝宝注意听，引导他们观察父母和教师的示范，帮助他们记住歌词、曲调、前奏等。在这些活动中，宝宝的注意力、记忆力和观察力等都能得到发展。

④学绘画。对宝宝来说，绘画是一种创造，如果这时产生的想象力和创造力一经压制，就很难再萌发。想象力和创造力对人的一生的智力发展起着重要作用。



4.教宝宝同时也教父母

对于我国目前出现的早教误区，更多的因素来源于父母。其实对于宝宝的教育应该循序渐进地进行培养，不鼓励过早强化婴幼儿教育。无论哪种教育模式，

都必须在宝宝发展适宜的生理基础上才能进行适时的训练。不当的早期教育可能会使宝宝产生一定的学习障碍，如学习困难失调、多动症等，也会影响宝宝的身心健康。

(1) 养护和教育分不开

宝宝的早期的教育和养护、保健是分不开的。宝宝最初的能力发展是最快的，对他的一生影响重要，决不要错过机会。父母在养护时，与宝宝进行语言和感情的交流，就可以促进宝宝语言和情感的发展。早教不是教宝宝知识和技能，而是引导宝宝感知、认识的过程，宝宝爬、站、走都是一种教育。

(2) 包办、放任都不可取

父母包办宝宝应该学、应该做的事是非常普遍的现象，比如看宝宝在游戏中表现不佳，有时父母为了自己的面子，会帮宝宝弄好。这是不可取的。因为宝宝自己探索成功后是最高兴的，宝宝探索时，反复的过程是必须的。

意识到包办不好，于是有些父母又走了另一个极端——放任。任宝宝自由发展，把宝宝往玩具中一扔了事。1岁左右，正是宝宝良好行为习惯养成的时期，如果不管宝宝，宝宝很有可能养成有头无尾，不认真做事的坏习惯。

(3) 给宝宝思考的机会

有很多父母有时在宝宝的教育上会急于求成。用生活中常见的情况举个例子：自己的宝宝的东西被其他宝宝抢了，第一位母亲对宝宝说，他抢你的，你也抢他的；第二位母亲让宝宝要大度点；而第三位母亲让宝宝自己想该怎么做。

显然，第一位母亲的做法不太可取，如果所有的母亲都这样教育宝宝，将来宝宝将生活在什么样的人际环境之中呢；第二位的母亲没有给宝宝思考的机会；还是第三位的母亲做法比较可取，给了宝宝一个独立思考的机会。

七、早教故事—开发宝宝智力

人才成长的途径总是有规律可循的，因为世上没有天生的才子，正如鲁迅先生所说："其实即使是天才，在生下来的时候的第一声啼哭，也和平常的宝宝一样，决不会就是一首好诗。"确实，不论哪个民族、哪个国家的宝宝的啼哭，最初的哭调都是一样的，宝宝哭声没有"乡音"，更谈不上谁的哭叫更高明。人的智能大多是后天开发的结果。从一些知名人士的成才之路中，或许可以找到培养训练宝宝智力的有效方法。

1.中国著名人物成才故事

名人的早期发展是他们智慧的基础，才能的萌芽期，人生的起步。而早期的智力开发，则是他们人生征途上最初的足迹。这里让我们辨认这些足迹，为培养当代高素质人才作一参考。

（1）李白

李白少时，读书很不认真，吊儿郎当，经常旷课、迟到、早退，老师以及父母都无可奈何。



有一天李白一个人跑到河边洗澡，却看见一个老太婆坐在河边，好像在吃力地磨着什么东西，李白在一边看了许久，那老婆婆还在那里吃力地磨个不停，于是李白禁不住向

前询问："老婆婆，您为什么要磨这根铁棒呢？"老婆婆答道："要磨成针。"

李白听后受到极大感触，于是由此发奋读书，终于成为一代诗仙。

(2) 孟子

孟子很早的时候，父亲就去世了，孟母就把家搬到了父亲的墓地附近，以自己知道的知识教育孟子。因为周围是墓地，经常有人哭哭叫叫，孟子也学着那些人，他们走来走去，孟子也跟着他们。孟母见了，想："这个居住的地方不是很理想。"于是，孟母又一次搬家，搬到集市边上。因为小贩们都想赚钱，拼命招揽生意，孟子也学着小贩们一样大喊，孟母见了，又想："这个居住的地方不好。"孟母又一次搬家了，这次，她搬到了学堂，因为经常会有文人来学校作揖拜跪，孟子就向孟母提出要上学读书，孟母说："这才是理想的地方。"

(3) 孔子

孔子是我国春秋时期著名的思想家、教育家、政治家，也是我国儒家学说的创始人。孔子刚刚3岁的时候，娘亲就教他读书识字，到4岁的时候，他已会念百余字了。

有一天，娘亲要考考他。晚上，他对哥哥说："哥哥，我已经练了多遍，也许都记住了，可又没有打握，明天一早娘要考我，若有不会的，娘一定非常伤心和难过。不行，我一定要起来再多练几遍。"哥哥被他这种刻苦学习、孝顺妈妈的精神所感动，就让孔子在自己的肚子上写。于是，小孔子就在哥哥的胸口上写了起来。每写一字，就念出声来。可这声音越来越轻，当他写完最后一个字的时候，声音也听不到了。哥哥验完他的最后一个字，听着他那均匀的呼吸，望着他甜中带笑的睡容，既心疼又爱怜地笑了。

第二天一早，在娘亲考核时，他一遍通过。娘亲惊喜道："这宝宝真神了，前天教了他那么多字，只过了一天，就如此滚瓜烂熟，将来准能干大事啊！"

（4）王羲之

王羲之自幼酷爱书法，几十年来锲而不舍地刻苦练习，终于使他的书法艺术达到了超逸绝伦的高峰，被人们誉为“书圣”。

王羲之13岁那年，偶然发现他父亲藏有一本《说笔》的书法书，便偷来阅读。他父亲担心他年幼不能保密家传，答应待他长大之后再传授。没料到，王羲之竟跪下请求父亲允许他现在阅读，他父亲很受感动，终于答应了他的要求。

王羲之练习书法很刻苦，甚至连吃饭、走路都不放过，真是到了无时无刻不在练习的地步。没有纸笔，他就在身上画写，久而久之，衣服都被划破了，有时练习书法竟会达到忘情的程度。一次，他练字竟忘了吃饭，家人把饭送到书房，他不假思索地将饭蘸着墨吃起来，还觉得很有味。当家人发现时，已是满嘴墨黑了。

王羲之常临池书写，就池洗砚，时间长了，池水尽是墨，人称“墨池”。现在绍兴兰亭、浙江永嘉西谷山、庐山归宗寺等地都有被称为“墨池”的名胜。



2.外国著名人物成长故事

听智慧花开的声音拍打青春的门扉，任伟人独特的魅力激荡我们的心灵。我们与许多伟人“对话”，观赏他们的精彩人生片段。这些伟人正是我们漫漫长路上最好的朋友！有他们相伴，我们能更快更深地感知什么是爱，什么是坚忍，什么是成功。他们是引路的灯塔，向上的阶

梯，是改变世界的力量。

（1）爱迪生孵鸡蛋

爱迪生小时候就热爱科学，凡事都爱寻根追底，都要动手试一试。有一次，他看到母鸡在孵蛋，就好奇地问妈妈："母鸡为什么卧在蛋上不动呢？是不是生病了？"妈妈告诉他，这是在孵小鸡，过一些日子，蛋壳里就会钻出鸡宝宝来。



听了妈妈的话，爱迪生感到新奇极了，他想，母鸡卧在鸡蛋上就能孵出小鸡来，鸡蛋是怎样变成小鸡的呢？人卧在上边行不行？他决定试一试。爱迪生从家里拿来几个鸡蛋，在邻居家找了个僻静的地方，他先搭好一个窝，在下边铺上柔软的茅草，再把鸡蛋摆好，然后就蹲坐在上边，他要亲眼看一看鸡蛋是怎样孵成小鸡的。天快黑下来了，还不见爱迪生回家，家里的人都非常着急，于是到处去找他。找来找去，才在邻居的后院找到了爱迪生。只见他坐在一个草窝上一动也不动，身上、头上沾有不少草叶。家里人见了，又生气又好笑，问他："你在这儿干什么呢？"

"我在这儿孵蛋啊！小鸡快要孵出来了。"

"孵什么蛋，快点出来！"爸爸大声喝道。

"母鸡能孵蛋，我要看看怎样孵出小鸡来。"

"不行，不行！快回家！"爸爸又呵斥道。

妈妈却没有责怪和取笑他，因为她知道宝宝的性格，微笑着说："人的体温没有鸡的体温高，你这样孵是孵不出来的。"爱迪生虽然没有孵出鸡来，但是通过这次孵蛋活动增长了知识。

(2)"樱桃树是我砍的"

故事发生在美国的一个庄园主家里。

一天，庄园主从外面带回一把小斧子。他随意一放，就又出门去了。

庄园主有个不满10岁的孩子，看到闪闪发光的斧子，非常喜爱。

究竟快不快呢？他想试试，于是拿着斧子，跑到了樱桃园。

他选中一棵小樱桃树，学着大人砍树的样子，挥动斧子用力砍下去。只听得"咔嚓"一声，小树拦腰折断了。

闯祸了，孩子赶忙把斧子送回原处，躲进屋里，忐忑不安地捧起一本书读了起来。

过了几个小时，庄园主回来了。他走进樱桃园，发现最心爱的那棵樱桃树被砍断了，心疼欲裂，大发雷霆，并指使果农一定要把砍树者追查出来。

躲在屋里的孩子坐不住了。他犹豫了一会儿，终于大胆地走出来，低着头对父亲说："爸爸，这棵樱桃树是我砍的。"

父亲问明情况，不但没有责备他，还把他搂在怀里，意味深长地说："孩子，我为你的诚实高兴，要知道，做人首先要诚实，这比一百棵樱桃树还要宝贵。"

这个诚实的孩子就是乔治·华盛顿。长大后，他率领起义军，打败了英国殖民者，实现了美国的独立，当了美国的第一任总统。现在美国的首都就是用他的名字命名的。

(3) 牛顿的趣事

牛顿从事科学研究时非常专心，时常忘却生活中的小事。有一次，给牛顿做饭的老太太有事要出去，就把鸡蛋放在桌子上说："先生！我出去买东西，请您自己煮个鸡蛋吃吧，水已经在烧了！"

正在聚精会神地计算的牛顿，头也不抬地"嗯"了一声。老保姆回来

以后问牛顿煮了鸡蛋没有，牛顿头也没抬地说："煮了！"老太太掀开锅盖一看，惊呆了：锅里居然煮了一块怀表，鸡蛋却还在原地放着。原来牛顿忙于计算，胡乱把怀表扔到了锅里。

（4）林肯的台阶

一个1周岁左右的小男孩，被年轻的妈妈牵着小手来到公园的广场前，要上有十几个阶梯的台阶了。小男孩却挣脱开妈妈的手，他要自己爬上去。他用胖胖的小手向上爬，他的妈妈也没有抱他上去的意思。当爬上两个台阶时，他就感到台阶很高，回头瞅一眼妈妈，妈妈没有伸手去扶他的意思，只是眼睛里充满了慈爱和鼓励。小男孩又抬头向上瞅了瞅，他放弃了让妈妈抱的想法，还是手脚并用小心地向上爬。他爬得很吃力，小屁股抬得老高，小脸蛋也累得通红，那身娃娃服也被弄得都是土，小手也脏乎乎的，但他最终爬上去了。年轻的妈妈这才上前拍拍儿子身上的土，在那通红的小脸蛋上亲了一口。这个小男孩，就是后来成为美国第16届总统的林肯。他的妈妈便是南希·汉克斯。



第三章 早教与情商

一、情商的构成要素

构成情商的要素主要有三个，即敏感程度、志趣和心态。父母可以通过这三个方面来培养和提高宝宝的情商。

1.敏感程度

对于同样的不良刺激，比如说饭菜不合胃口、寒冷、炎热、疲劳、不卫生、被人不公正地对待、被老师教训、被人欺负、诬陷、财物丢失等，不同的宝宝反应强度有很大的区别。有的宝宝简直无法忍受，有的宝宝却很快就觉得没什么了，有的宝宝很久都念念不忘，有的宝宝早把注意力放在其他事情上去了。

2.志趣

1861年，那位死后仍被世界敬仰的伟大人物——林肯，面临着一个莫大的难题——战争已经爆发，却没有能够作战的将领。后来，林肯听说有一位将军，骁勇善战并善于训练军队，就请他担任主将。可是，这位将军的脾气一点也不比他的本事小，他经常在公开的场合羞辱林肯。有一次，

林肯去他家造访，他却让林肯在客厅看电视，自己回楼上的房间睡觉。不知道有几个总统或者元首能够忍受如此的怠慢，但是林肯做到了。林肯曾经对别人说："只要他能打胜仗，我愿意为他牵马。"林肯的忍耐是值得的，一年之后，这位将军取得了一次关键性战役的胜利，初步奠定了战争的胜局。

林肯的做法令人敬佩，他有一句名言："我不关心个人荣辱，只在乎事态的发展。"所谓，"小不忍，则乱大谋"；所谓"舍小就大"；所谓"委曲求全""能屈能伸"，全在于此。那些动不动就说"我宁愿如何，也不如何""我愿意，你管不着""我不在乎老板要我做什么，我只是受不了他的态度"的人，他们的智商首先值得怀疑，因为有些代价是他付不起的，一时的委屈很快烟消云散，而有些事情却会影响深远。或许这是情商与智商联系最紧密之处。

俗话说："人无远虑，必有近忧。"一个人追求的目标越高，就越容易不拘小节，一个人越成功，就越能忍受不公和不如意。志趣高远，牢记自己的目标，知道什么才是最重要的，什么只是暂时的、无所谓的，那么就不会对一些不快的情绪和不如意的事情耿耿于怀。那些献身一种伟大事业的人，可以不计个人荣辱，那些胸无大志的人常常连一句嘲讽都受不了。布莱克说："辛勤的蜜蜂永远没有时间悲哀。只有那些无所事事、浑浑噩噩的人才最容易庸人自扰。"



3.心态

一个人的思维方式或者心态，也直接影响人们对情绪的处理。凡事能够用发展的眼光去看待，用积极的心态去面对，即便是件不好的事情也能从中受益。

二、每个宝宝都有不同的性情

从宝宝出生的那一刻开始，父母便可观察到他特有的行为反应，有的宝宝安静；有的宝宝活泼好动；有的宝宝爱哭；有的宝宝爱笑……这些不同的行为反应，也就是所谓的性情。奇妙的是，即使可以举出更多的共同之处，每个宝宝还是那么不一样，而生命最可贵的就在于这种个性。

每个宝宝都有不同的特点，这些特点组成了每个宝宝不同的性情。

1.活跃OR安静

看看宝宝是活跃型还是安静型？之后再根据宝宝的类型制订早教方法吧。

当宝宝坐在婴儿椅里时，是总在扭来扭去还是能安静地坐着环顾四周？换尿布时，宝宝是温和地躺着，还是手脚一刻不停在动？宝宝是喜欢自己坐着玩玩具呢，还是喜欢在比较宽敞的环境中通过爬、跑、跳等身体动作来探索世界？宝宝是属于精力旺盛每时每刻都在动的那种，还是能够长时间自己安静玩耍的类型？

(1) 宝宝很活跃，身体探索者。学爬时

为宝宝“制造”障碍让他的身体能够得到更多的运动。可以放置些枕头、垫子在地板上，再把他喜欢的玩具放在另一头，宝宝会很有兴趣地爬过去拿玩具。

换尿布时让宝宝站着会更方便，或者让他手里玩点东西。

这类宝宝非常喜欢跟着音乐“手舞足蹈”，喜欢需要运用身体的游戏。可以教宝宝玩音乐一响就跳舞、音乐一止就马上停下来的游戏。通过这类游戏，能让他学会如何控制自己的身体。

小提示：要让这类宝宝对比较静态的活动感兴趣，也要从“动作”入手。比如，进行亲子阅读时可以让宝宝翻动书页、摸摸弄弄；大一点的宝宝还可以要求他把书中的内容表演出来。

(2) 宝宝比较安静，尊重他的步调

父母可以主动参与宝宝的游戏，和他一起玩，但要以宝宝为主，让他带领你玩。需要较多身体动作参与的活动，不仅要慢慢教给宝宝，而且还要根据他的接受程度和反应加以调整，如果宝宝很抗拒，就不要强求。当宝宝尝试用新方法活动自己的身体时，要给予帮助和鼓励。

一起听音乐时，需要妈妈抱着宝宝一起跳舞、摆动身体，逐步鼓励他自己动起来。

小提示：因为宝宝不爱动，所以要多花些心思。宝宝学爬时，一定要把垫子放在他的周围并逗引他，看看他是不是愿意爬？还为他建个“隧道”，让他钻，增加活动的兴趣；玩“躲猫猫”的游戏时，也要降低难度，要用容易让宝宝找得到的玩具，当着宝宝的面把它藏起来，并鼓励他找出来。

2.敏感OR随和

每个宝宝对来自外界的刺激，反应也是不一样的。比如，有些宝宝喜欢节奏感强的音乐，对另外一些宝宝来说，这类音乐则太吵了，他们更偏好轻柔的音乐；有些宝宝很喜欢玩会突然震动和“唱歌”的手机，而同样的来电音乐和来电震动，对另一些宝宝来说则太刺激了。

高敏感度的宝宝会对一些似乎是微不足道的刺激产生很大的反应。比如，会因为门铃响了，或妈妈变了一个抱他的姿势而大哭；而那些不太敏

感的宝宝则需要妈妈花费很大的心思和力气才能引起他的注意力。

宝宝很有亲和力，别人见了总想抱抱他，还是一副“不容别人侵犯”的样子？宝宝会对衣服的质地、标签、袜子里的线头特别挑剔吗？是一个对食物特别讲究的宝宝还是有什么吃什么的宝宝？宝宝对某些味道特别敏感吗？宝宝是不是很容易被突发的声音所干扰，甚至为此惊吓哭泣？当你用眼神及某些声音和宝宝交流时，宝宝会回应你吗？宝宝喜欢灯光吗？还是亮光会让他不舒服？一起做游戏时，宝宝会用眼神和你交流吗？

(1) 宝宝比较敏感，让宝宝觉得舒服

如果宝宝对房间里亮光和响声敏感，请把房间的光线弄得暗些，并保持安静。

外出时也要多多护着宝宝，保护他不受周围“混乱”环境的困扰。

对其他宝宝来说没什么大不了的事，也很有可能会让敏感宝宝觉得不安、难受，作为父母要认可、理解他的感受，可以替宝宝说出不舒服的原因，并帮助他加以调整。

小提示：对高敏感度的宝宝来说，外界就是一个巨大的困扰，只有当觉得一切都在自己的控制之下时才比较有安全感。父母在和宝宝互动时，要让宝宝做主导，在他的“带领”下游戏；平时要根据宝宝的喜好进行环境调，整让宝宝处于舒适的状态。



如何让宝宝不那么敏感呢？

可以通过分解步骤循序渐进的方法，让宝宝慢慢脱敏。如果宝宝会被手机的音铃吓到，可以先让他玩玩无

声状态下的手机，在宝宝比较放松时，再慢慢加入音铃，让宝宝逐渐适应手机铃响的整个过程。

（2）宝宝不太敏感，给予宝宝足够多的刺激

多多观察、了解宝宝，努力“投其所好”。如果宝宝看着球，父母就可以马上拿球做游戏给宝宝看，动作越夸张越好，可以把球放在头顶让它滚下来，看看宝宝是不是会进行模仿。

如果宝宝在独自玩玩具，加入和他一起玩，看他会不会和你互动。比如，会不会和你轮流玩玩具；父母也可以故意把玩具拿走藏起来，逗引宝宝主动回应。

小提示：鼓励宝宝多多运用身体动起来，因为那些不太敏感的宝宝在活动时能给出的回应最多。特别是那些看起来杂乱无章、变化多端的游戏最受他们的欢迎，这些游戏能给予他们足够多的刺激。可以把宝宝喜欢的项目组合起来，比如一边听音乐、一边画画等。

3.外向OR内敛

一些宝宝情感外露、喜怒形于色，一点点小事不满意就会大呼小叫，全世界都能知道他的感受，生气时他们尖叫哭闹、乱扔东西……这些情绪反应强烈的宝宝通常比较热情、充满创意，属于比较敏感的类型，从另一方面看他们又容易失控、会乱发脾气。而另一些宝宝则比较内敛、冷静从容，他们的心情总是比较平静、稳定，用微笑来表达愉悦，即便是表达不舒服也是用较温和的方式；他们更容易适应新食物、新衣服和环境的变化。

还有少数宝宝属于“没有反应”的类型，在还是小婴儿的时候，就没太多要求，且总是在睡觉，父母跟他讲话、讲故事，似乎都引不起他的反应，只有夸张的动作、表情、声音，比如学动物叫什么的才能引起他的注意。

（1）宝宝情感外露，教宝宝解决问题而不是发脾气

这类宝宝很容易为一些看起来无足轻重的事情发脾气，父母要能够理解宝宝的心情，更重要的是帮助他使用正确的方法表达自己的情绪，而不是用那些不恰当的方法发泄。教宝宝学会如何解决问题，让他明白发脾气是没有用的。



让宝宝拥有安全感也很重要，让他感觉一切都在自己的控制之中；慢慢引入新东西，帮助他逐步适应新玩具、新环境，在此过程中密切关注他的反应并加以应对。

（2）宝宝比较内敛，教宝宝学会表达自己

这类宝宝其实不太清楚和确定自己想要什么，需要父母“察言观色”帮助宝宝把他感兴趣的事情说出来。

如果宝宝在看某样东西，就可以说“看到那只小熊吗？我们和它一起玩吧”；如果快到吃饭时间，可以问“宝宝饿不饿啊”；平时多教教宝宝如何用语言和动作表达自己的想法。

和宝宝玩耍时，要以动作作为游戏的主要表现形式。比如，单纯看书可能不足以引起宝宝的兴趣，父母可以尝试用夸张的肢体动作和语言表演吸引宝宝的眼球，甚至可以鼓励宝宝一起表演。

4.怕生OR不怕生

有些宝宝对陌生人充满好奇，接近这类宝宝很容易，亲热地和他们说说话，逗逗他们，就能让他们加入到你们的活动中来；另一些宝宝则需要进行“热身活动”，在拥有足够的安全感和舒适度的情况下，才能和陌生人展开交往。

宝宝很怕生，需要“热身运动”。在去一个陌生的环境之前，要事先告诉宝宝一些具体情况。比如，要到一位朋友的家里去，可预先告诉宝宝家里有几个成人，几个小孩；也不要忘了告诉宝宝，你会一直陪在他的身边。对陌生环境了解越多，宝宝越有安全感。

关照你的朋友，慢慢接近你的宝宝，不要随便亲吻、拥抱他。可以带些宝宝熟悉的东西去朋友家，请朋友拿宝宝喜欢的玩具去逗引他，吸引他的注意力，获取他的好感，如果宝宝以微笑回应则接触可以进一步深入；如果他转过身去背对你们，则表示不想和新朋友展开交流，这时就要充分尊重宝宝的意思。

在靠近其他人活动的地方，妈妈可以把宝宝抱坐在自己的膝盖上，给他一件他喜欢的玩具，用轻柔的声音把宝宝看到的情形描绘出来，帮助他融入其中。可以对宝宝说“你看，小哥哥正在玩球呢”；也可以带他到处转转熟悉一下环境，最后帮助宝宝加入到其他人的活动中去。

小提示：宝宝是根据妈妈的表情和情绪去判断面前的陌生人是不是友善。如果想鼓励宝宝和陌生人交往，妈妈要自始至终对这个陌生人保持微笑，并把这种愉悦心情传达给宝宝。

如宝宝入园前，妈妈可以先带宝宝去熟悉幼儿园，参观其他宝宝是怎么上课、活动的；妈妈还可以带宝宝去操场或者游戏室，并陪着他在这些地方玩耍，通过这些活动，让宝宝不再怕生，并在活动中增加与别人的接触。

5.面对变化能适应OR难适应

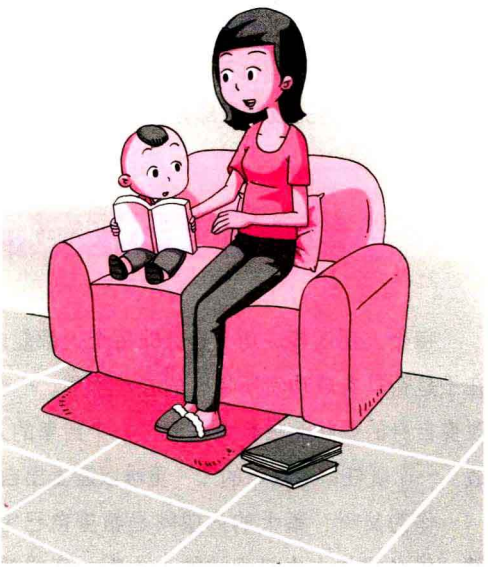
对变化的适应能力，也是因人而异的。一些宝宝很容易适应改变的环境，他们入睡很容易，睡醒也不会吵闹，能很顺利地按固定作息度过每一天。在小婴儿时期，他们也从不介意被父母抱过来或抱过去；长成大宝宝时，让他们停下手中的活动去做其他的事情，他们也不太会提出抗议。

对另外一些宝宝来说，让他们适应变化却很不容易，他们似乎对每件新事物都有反应，新奶嘴、新衣服、陌生人都有可能会让他们不舒服。和适应能力强的宝宝相反，他们往往入睡困难，睡醒后也要哭两下；他们会因为家里家具挪动了位置、来了个新保姆之类的事情而大发脾气，让所有人都知道这些改变让他们有多痛苦。

宝宝适应力差，则事情要做好充分准备。每日按固定作息时间安排宝宝的生活，尊重他的习惯。对某些事作出改变之前，事先要详细告知宝宝让他有所准备。

如果让宝宝停下手里的事情去做其他的事情，要事先提醒他，让宝宝有时间可以过渡一下。比如可以通过闹钟，或播放一段特定的音乐，当音乐停止时就表示宝宝应该去睡觉了。

等宝宝大一些之后，和他一起制订日程表或计划，拥有一定的决定权能让宝宝获得安全感，觉得自己有能力控制变化。



6.能坚持OR没耐心

坚持力就是在面对挑战时不放弃，有耐心。和会号啕大哭直到要求得到满足为止的宝宝不一样，有毅力的宝宝能够耐心地安静等待，他们能长时间玩拼图游戏、搭积木，积木倒了也能从头开始；相反，没耐心的宝宝一旦发现成功“遥遥无期”，就玩不下去，开始撕扯拼图、扔积木，或者干脆玩别的去了。

宝宝没耐心，需要更多鼓励和陪伴。让宝宝有事可做可以帮助他克服在等待过程中的焦躁不安，比如可以跟他说说话，或给他一些东西玩。

当宝宝因为困难而焦躁时，妈妈要温柔地安慰他，而不是进行批评，可以把他抱在怀里玩玩别的东西，等宝宝心情平复之后鼓励他再次尝试。

小提示：当宝宝觉得自己不是独自一人面对时，会比较有信心坚持下去，所以父母可以陪着宝宝一起玩，做他的拍档，必要时还可以给宝宝一些指导，但不要代劳。当宝宝碰到困难而感到沮丧时，首先要认可他的感情并说些鼓励的话，再教他解决问题的方法；也可以教他把事情拆成几个步骤加以完成，比如玩拼图，就可以分成几个目标逐一达成，今天先拼人物部分，明天再完成背景部分。

三、培养婴幼儿情商的重要性

每个人都渴望成功，但并非每个人都能成功。其中很重要的一点，就在于是否具备成功者所特有的心理素质。一个缺乏积极心态的人，不会为改变自身的现状而去努力进取；一个自卑的人，不会自信地去迎接各种挑战；一个听任命运摆布的人，更难以激发出自己的潜在能力和创造精神。

作为父母，最大的愿望就是希望自己宝宝未来的人生能够幸福、美满。什么样的人生是幸福的人生呢？幸福的人生意味着健康、快乐、成

功。怎样才能帮助宝宝获得幸福的人生呢？重视宝宝的智力开发，是很多父母的普遍尝试。但是这只解决了宝宝成功的直接因素，预测个人成功的更关键因素—非智力因素则需要受到人们更多的重视。所以，要重视宝宝的全面发展，不仅要重视智力因素的培养，也要重视非智力因素的培养，即人们通常所说的情商的培养。

现在的宝宝大多数是独生子女，从小受到家庭的宠爱，“捧在手里怕掉了，含在嘴里怕化了”。这种“小皇帝”“小公主”的地位，再加上社会文化的影响，造成了他们个性上的一些缺陷。他们可能享受着优裕的生活，有着较高的智商，但在社会生活方面却非常脆弱。他们不能经受一点挫折，不能克服一点困难，不能摔一个跟头，有了挫折、困难，他们不能独立承受并克服，需要别人来安慰、帮他们解决问题。

在我们周围，这样的事例并不少见。有些宝宝聪明，也很要求上进，可是当学习中稍微遇到点挫折，例如，受到父母或是幼儿园老师的一点批评，就承受不了了，就开始拒绝去上学，拒绝和父母说话，拒绝和别人说话，变得郁郁寡欢。还有一些宝宝，学习成绩非常好，但是在和同学或同伴一起相处时却充满烦恼……



这些事实提醒人们要更加重视宝宝的全面健康发展，更提醒人们对现代的教育进行反思。如果宝宝长大以后心理素质这么差，承受能力这么差，他们即使有再高的智商、再丰富的知识、再好的专业技

能，也无法在处处充满激烈竞争和压力的社会上生存和发展下去，又怎么可能拥有幸福的生活呢？

人生就是一个长期的适应社会、把握机遇和迎接挑战的过程，需要宝宝具有良好的心理素质。

翻开人才成长史时，会惊奇地发现有许多伟人的天资条件并不好，知识结构也不尽完善，却往往能做出惊人的成绩；而一些自幼聪颖的饱学之士却常常业绩平平，无所建树。其中的秘密就在于，前者具有较高的情商，而后者天资虽好，在情商方面却显得逊色。

从某种意义上讲，情商甚至比智商更重要，随着未来社会的多元化和融合度日益提高，较高的情商将有助于一个人获得成功。现在大多数父母过多地重视宝宝的智商发展，而忽略了宝宝的情商发展，其实早期的情商教育尤为重要，情商就是心理上的一种塑造，如果一个宝宝从小性格孤僻、不易合作；自卑、脆弱，不能面对挫折；急躁、固执、自负，情绪不稳定，那么他智商再高，也很难取得成就。反之情商高的宝宝会有很好的自我认知，他们会积极探索，从探索中建立自信心，他们对自我情绪的控制、抗挫折能力很强，喜欢与人交往，愿意分享、合作，为日后的成功奠定了良好的基础。那情商在宝宝的成长过程中究竟发挥着怎样的作用，对宝宝有着怎样的影响呢？

1.动力作用

情商在宝宝的成长过程中起着动力作用，是宝宝成长的重要心理机制。良好的情商可以使宝宝的智力健康发展、求知欲旺盛、注意力集中、自制力强、学习积极性高，这些积极因素都有助于宝宝的学习和游戏。反之，情商较低的宝宝，即使有好的天赋也是枉然。他们学习积极性不高、缺乏自我管理意识，注意力容易涣散、情绪不稳定。这样的宝宝长大后往往与成功和幸福的生活无缘。

2.定向作用

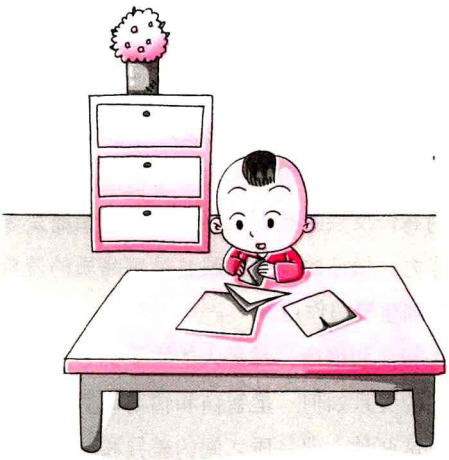
情商的良好发展有利于宝宝将认知和行为统一起来，可以集中精力学习和游戏，由此可以减少宝宝的不良行为的发生。有些宝宝并不是智力水平比其他人差，只是学习的兴趣和积极性不高，就像很多父母说的那样："我家宝宝不是傻，就是不肯学。"

3.巩固作用

宝宝的学习和游戏，不仅要具有吸引力和趣味性，还要能培养宝宝的意志力、抗挫折能力等。情商的培养有助于宝宝在学习知识的同时，体验快乐的人生，在一种快乐和稳定的情绪体验中可更好地促进知识的学习和能力的培养。相反，有一些宝宝虽然学习知识的能力很不错，但是在自信心、自控能力、人际关系等方面未能处理好，造成一种不稳定甚至恶劣的情绪状态，这些不好的情绪放过来会影响他们的学习和工作。

4.弥补作用

有一些智力发展一般的宝宝，由于情商高而得到良好的发展，同样可以取得成功的人生。俗话说："笨鸟先飞，勤能补拙。"我们无法决定宝宝出生时就能具有先天的禀赋，但无须去羡慕他人，从小重视宝宝的情商培养，同样可以给他们一个美好的人生。情商的优势有



时可以胜过智力水平的优势，它可以更加积极地弥补先天不足，帮助普通人获得幸福和成功的生活、事业。

四、情商与智商的区别

一个在大学里学习成绩非常优秀的女生被留校当了老师，直到现在她还做着教课的工作，已经被晋升为教授了。而另一个女生学习成绩一般，由于她是班长，经常参加各种活动，是公认的活动能力较强的人物。毕业后，她先后到了几个单位工作，都认为不理想，于是下海，自己办起了公司，当了总经理。她的公司越做越大，现在她在美国已经有几家小公司，拥有固定资产1000多万美元。十几年后的一次同学聚会上，教授和总经理见了面，教授说："你现在可以啊，成了亿万富翁了。"而总经理则说："你的知识那么多，真正的富翁是你啊。"

人们往往重视智商而忽视情商。可从上述这个事例可以看出，智商高的人可以在专业里出成绩，而情商高的人却可以在管理运作上出成绩。不论在何种事业上获得成功，成功者往往智商、情商皆具。情商虽然有天生的成分，但是可由后天的不断学习和经验的积累而不断提高，因此拥有高情商并不是一件可望而不可即的事。要想成为一名成功的人士，不但应该学习相关领域的新知识、新技能，也应不断地有意识地提高自己的情商水平，因为情商会影响其他能力的充分发挥。

智商是用以表示智力水平的工具，也是测量智力水平常用的方法，智商的高低反映着智力水平的高低。情商是表示认识、控制和调节自身情感的能力。情商的高低反映着情感品质的差异。情商对于人的成功起着比智商更加重要的作用。

智商和情商，都是人的重要的心理品质，都是事业成功的重要基础。它们的关系如何，是智商和情商研究中提出的一个重要的理论问题。正确认识这两种心理品质之间的差异和联系，有利于更好地认识人自身，有利

于克服智力第一和智力唯一的错误倾向，有利于培养更健康、更优秀的人才。情商与智商是两种不同的心理品质，它们有些什么区别呢？智商更多地反映了个体的生物学特性，而情商更多地反映了个体的社会学特性。

首先，智商和情商反映着两种性质不同的心理品质。

智商主要反映人的认知能力、思维能力、语言能力、观察能力、计算能力、律动的能力等。也就是说，它主要表现人的理性的能力。它可能是大脑皮层特别是主管抽象思维和分析思维的左半球大脑的功能。

情商主要反映一个人感受、理解、运用、表达、控制和调节自己情感的能力，以及处理自己与他人之间的情感关系的能力。情商反映个体把握与处理情感问题的能力。情感常常走在理智的前面。它是非理性的，其物质基础主要与脑干系统相联系，大脑额叶对情感有控制作用。

其次，智商和情商的形成基础有所不同。

情商和智商虽然都与遗传因素、环境因素有关，但是，它们与遗传、环境因素的关系是有所区别的。智商与遗传因素的关系远大于社会环境因素。据英国《简明不列颠百科全书·智力商数》词条载："根据调查结果，约70%～80%智力差异源于遗传基因，20%～30%的智力差异系受到不同的环境影响所致。"

情商的形成和发展，先天的因素也是存在的。但是，情感又有很大的文化差异。不同的民族的情感表达方式有显著差异；先天盲童由于社会交流的障碍导致的社会化程度的影响，其情感能力相对薄弱；原始人类的情感与文明人的情感有极大差



异。他们易怒易喜，喜怒无常，自控能力很差；人的情感容易受到社会环境的影响，人总是有着根深蒂固的从众心理。

最后，智商和情商的作用不同。

智商的作用主要在于更好地认识事物。智商高的人，思维品质优良，学习能力强，认识深度深，容易在某个专业领域做出杰出成就，成为某个领域的专家。许多高智商的人成为专家、学者、教授、法官、律师、记者等，在自己的领域有较高造诣。

情商主要与非理性因素有关，它影响着认识和实践活动的动力。它通过影响人的兴趣、意志、毅力，加强或弱化认识事物的驱动力。智商不高而情商较高的人，学习效率虽然不如高智商者，但是，有时能比高智商者学得更好，成就更大。因为锲而不舍的精神使勤能补拙。另外，情商是自我和他人情感把握和调节的一种能力，因此，对人际关系的处理有较大影响。其作用与社会生活、人际关系、健康状况、婚姻状况有密切关联。情商低的人人际关系容易紧张，婚姻容易破裂，领导水平不高。而情商较高的人，通常有较健康的情绪，有较完满的婚姻和家庭，有良好的人际关系，容易成为某个部门的领导人，具有较高的领导管理能力。

五、培养婴幼儿情商的早教方法

与智商相比，情商的遗传成分要少很多，主要是后天形成的。这就意味着，无论你的宝宝天赋如何，都可以从婴幼儿时起进行培养，帮助他创造成功人生。

其实，宝宝情商的培养并不是一朝一夕的，但是如果父母意识到情商的重要性就是一个很大的进步。只要在日常生活中注重培养宝宝—自信、乐观、豁达的心态，顽强、坚韧不拔的意志以及严谨、认真的品质，让宝宝独立、果敢，父母就会为宝宝奠基幸福的一生。

1.为宝宝树立良好的榜样

父母的一言一行、一举一动，无不对宝宝起着潜移默化的作用，产生深远的影响。要培养宝宝的情商，父母自己首先必须树立良好的社会形象，建立良好的人际关系，才有可能为宝宝树立良好的榜样。

父母是和宝宝相处时间最长的人，父母的一言一行，无时无刻不在影响着宝宝。如果夫妻两个经常当着宝宝的面吵架，又如何指望宝宝今后对他周围的人和颜悦色呢？一般来说，对人态度友善的父母教导出来的宝宝会比较礼貌，而总是在家里争吵的父母教导出来的宝宝也往往脾气暴躁。所以，作为宝宝的第一个老师，父母必须首先有意识地培养和提高自己的情商，尽量控制自己的情绪。

2.帮宝宝培养自控能力

父母首先要让宝宝懂得，哪些情绪是好的，哪些情绪是不好的。好的积极的情绪，如热情、欢乐、乐观、和善等易被社会接受的情绪，应让它自由地表现出来。不好的消极的情绪，如冷淡、抑郁、悲观、愤怒等不易被社会接受的情绪，要对它加以抑制和消除。



自控能力其实就是情商诸多表现的一种。

父母应在生活中时刻注意提高宝宝的自控力。其实很多生活琐事就可以让宝宝在自控力上得到提高。比如父母可以和宝宝签订“合约”，并鼓励宝宝按合同上的执行，说到做到，引导宝宝控制自己。

3.注意宝宝情感的细微变化

父母要与宝宝进行心灵沟通，做宝宝的朋友。对于宝宝的要求，只要是合理的而且能给予满足的，父母应该尽量予以满足。不合理而且不能给予满足的，则要向宝宝说明为什么不能给予满足。千万不能不关心宝宝的痛痒，也不能让宝宝放任自流，更不能动辄训斥、打骂，压抑宝宝的情感流露。

4.为宝宝创造人际交往的条件

父母带宝宝上街，要鼓励宝宝问路。带宝宝上车，要让宝宝去买车票。家里来了客人，父母要让宝宝主动问候。宝宝的同伴来家里玩时，要让宝宝当小主人，父母千万不要事事包办处处代替。宝宝耳濡目染，就会逐渐学会待人接物之道。父母也要适当地带宝宝去参加一些聚会等，让宝宝见见各种场面，学习与各种人打交道的方法。使宝宝增长见识，从而，使宝宝在人际交往时变得落落大方。当宝宝有好的表现时，父母要积极予以支持，并且及时鼓励。

现在的宝宝都是独生子女，所以父母应该要多安排些机会，欢迎宝宝的玩伴来家里和宝宝一起玩耍、学习，以及共同度过生命中的重要时刻（如生日等）。重视情商的父母在宝宝参加这些团体活动时，关注的焦点不会是宝宝与他人的比较结果，例如“我的宝宝个头比别人高多少？”或者念着“我的宝宝学习比别人快还是慢？”父母亲该观察的是，宝宝在和别人的互动当中，他是主动和他人说话？还是害羞不开口？当别人跟他说话的时候，他是什么反应？而万一宝宝与他人发生矛盾，他又是如何回应

的？为了防止自己又落入“与他人较量”的惯性思维中，父母不妨准备个小的笔记本，提醒自己观察的重点，并做记录。



此外，也应鼓励宝宝学会分享。有些父母在宝宝的派对中，只想让自己的宝宝成为注意力的焦点，而错失了培养宝宝人际关系能力的良机。真正高情商的家长，则会鼓励宝宝去招呼大家，和朋友分享自己的东西。

同时，也别忘了鼓励宝宝主动向他人提供协助，这是团队协作能力中很重要的一个特质。父母该多鼓励宝宝观察别人的需求，并主动提供帮助。不妨常问宝宝：“你有注意到有谁特别需要帮忙吗？”“你觉得你能够做些什么去帮助别人吗？”而在宝宝帮助他人时，如帮家人提东西，则该给予及时的表扬，如此一来，宝宝就能够培养出团队意识及协作能力。日后无论对工作还是生活，皆会大有助益。

5.鼓励宝宝参加各种集体活动

在集体活动中，让宝宝与同龄的小朋友一起生活，他们会慢慢懂得怎样玩耍、怎样相处、怎样生活。父母要欢迎宝宝的小朋友到自己家里来玩，也要鼓励自己的宝宝到别的小朋友家里去玩。在宝宝与其他小朋友交往的过程中，父母要教育宝宝互相信任。

6.帮助宝宝辨识自己的情绪

先来做个测试吧！

宝宝放学回来告诉你："今天在学校有同学打我！"

身为父母的你们，这时候的反应会是……

答案A—"这种小事别放在心上。"

答案B—"你不会也教训他吗，你有没有打回去？"

答案C—"我现在很忙，晚一点再说。"

答案D—"还好吗？有同学打你，所以你很委屈？"

你们的答案会是什么呢？

让我们公布正确答案吧！重视宝宝情商的父母的答案，会是最后一个—D。

原因是什么呢？因为情商高者的基本功，就是察觉自己或他人的情绪状态，也就是说，要能很快了解自己或他人的当下情绪。因此父母在这种情况下，应先帮助宝宝辨识出现有的情绪状态："所以你不开心了？""所以你感到委屈了？"。

帮助宝宝辨认自己的情绪状态，会带来两个很大的好处。

首先，宝宝可以从中明白，接下来要处理的，是自己的情绪，而不是那个"对方"。

也就是说，现在真正该做的事情，不是因自己感到委屈而找对方理论，而是应该意识到，真正的困扰其实是自己的情绪反应，那么随后该做的，就是如何调试情绪，做出合适反应。

其次，宝宝可以从中学会换位思考的能力。这次挨打，心里难受，以后就知道了，若去打别人，别人也会有这样的感受。这个深刻的情绪体会，有助于提升宝宝换位思考的能力。所以从情商教育的角度而言，这是个一举两得的好做法。

在协助宝宝辨识情绪之后，接下来，父母就可以再问："你要不要告诉我发生了什么事？"这是很重要的亲子沟通方式，当父母学会发问及倾

听，宝宝就会愿意开口说话，培养良好的亲子沟通习惯，会让彼此的沟通畅行无阻。



7.帮助宝宝树立自信

自信是情商的基石。自信的宝宝，在面对别人的恶意攻击时能沉稳以对，并拥有良好的抗挫及抗压能力，在人际关系上也会得心应手。

父母该如何着手，培养宝宝的自信呢？

事实上，父母对宝宝的评价，对其自信有着直接的影响，因此，若平时只是批评而极少给予宝宝表扬，父母就会在不知不觉中，塑造了宝宝心目中不佳的自我形象。所以建议父母可以坐下来，写下宝宝值得欣赏的优点。特别要提醒父母的是，这些优点不该是宝宝和别人比较的成果，而是宝宝他本身所具有的特质。比如，“很有爱心，对小动物很好；很有礼貌，会主动和朋友打招呼”等这些人格特质，而并非“每次都名列前茅”等建立在比较之上的结果。如果要称赞宝宝的学习表现，“学习很认真、负责，会自我督促念书”就是更好的理由。多鼓励和肯定宝宝，让他对自己有着合适的自信，会让他的情商大幅度提高。

8.培养宝宝乐观积极的态度

对宝宝来说，父母可以给他们的最佳的礼物就是：乐观心态。只要宝宝对自己持正面的看法，对未来有乐观的态度，那父母就大可放心，宝宝这辈子不会离幸福太远。

为了帮助宝宝学会看到事情的正面，父母应常常用正向发问的方式启发宝宝的思考，比如“今天认识的这个新同学，你觉得他有什么优点？”

而在碰到挫折时，例如宝宝上台演出不理想，父母不该说：“你今天怎么回事，表现得一塌糊涂。”而该用：“这次可能让你自己失望了，那你觉得有没有什么值得肯定的部分呢？”如此一来，宝宝就有能力去思索正面的答案，例如“比起上次还是略有进步”，或者是“学到了重要的经验，下次上台该做更充分的准备。”

正向思维能力是在日积月累中形成的，只要平时多花点心思，父母就能帮助宝宝培养出乐观的正向思考习惯。

六、影响宝宝性情的因素

虽然说婴幼儿的性情是与生俱来的，但也非一成不变，先天和后天两方面都存在影响宝宝性情的因素。

1.生理因素

婴幼儿的性情在胚胎期便受到生理影响，如果母亲怀孕时情绪起伏大，宝宝出生后脾气也会不好。许多医生、学者倡导胎教，希望从妈妈的肚子里培养一个性情很理想的宝宝，许多研究证实，婴幼儿在胚胎期已具有刚出生时的反应与能力，母体也是一种环境，宝宝在这个环境里生长，当然或多或少会受到影响。

2.智能因素

有些宝宝因为智能较低，探索外界事物的能力就比较低，因为他的学

习与反应往往处于被动，所以不常吵闹，而表现得较乖、较好带。相反，智能高的宝宝因为对外界好奇，会主动地去探索、学习，所以常会给人吵闹、活动力旺盛的印象。

3.父母的态度

中国的父母往往很早就让宝宝看书、学习，西方的父母则更多注意均衡发展，强调孩子的动态学习，因此，西方宝宝的个性往往比较外向。父母喜欢社交，宝宝接触人群机会比较多，性情就比较大方、积极；父母不爱交际，宝宝接触静态活动的机会多，自然就比较文静。虽然性别不会影响性情，但是父母对男女孩的期望不同，教养的态度也会不一样，譬如女儿哭了，父母会搂着安慰；儿子哭了，父母却会鼓励他不要哭、勇敢一点，这便造成了男女的性情差异。

4.环境因素

城乡的环境差别也会影响宝宝的性情。都市中的孩子生活环境较狭窄，没有机会接触开阔的空间，因此，都市宝宝往往较任性、霸道，但自我表达的欲望强，容易给人有礼貌、能言善道的感觉；乡郊地区的宝宝与大自然和左邻右舍的小朋友的接触机会较多，所以个性往往较开朗，懂得分享，常给人质朴、快乐的印象。



七、成功=智商+情商

在一个人成功的因素中，智力因素（智商）占20%左右，而其性格、情绪、意志、社会适应能力等非智力因素（情商）则占80%左右。为此，推出的成就方程式为：20%的智商＋80%的情商＝100%的成功。所以，父母要想让自己的宝宝将来获得成功，就要从小注意对宝宝智商与情商的培养。

1.模仿—开发宝宝智商、情商的钥匙

模仿，宝宝感知世界的第一步。从某种意义上说，宝宝就像一团弹性极大的泥，父母则是为这团泥进行雕塑的艺术家。他们用语言和行动这把雕塑刀在潜移默化中为宝宝雕刻出不同的性格和特征。

模仿式教育可分为动作式模仿（肢体语言模仿）和声音式模仿。如果父母采用适当的肢体语言与宝宝进行交流会更好地促使宝宝语言功能的发展，同时，也会促使宝宝更加清晰准确地表达他的意思。例如，宝宝说“MaMa”就可能包含了三种意思，即可能是宝宝叫妈妈，也可能是宝宝要喝牛奶或者宝宝想要更多东西。在学习使用肢体语言之后，宝宝就可能用小手指着妈妈，或者牛奶或者他想要的别的东西，那么借助肢体语言，宝宝就可以更加准确地表达自己的真实想法。

一般来说，父母给予宝宝什么，宝宝就学习什么。如果父母能给宝宝树立良好的模仿榜样，那么宝宝就会成为一颗优良的种子，在父母创造的良好环境中长成参天大树。

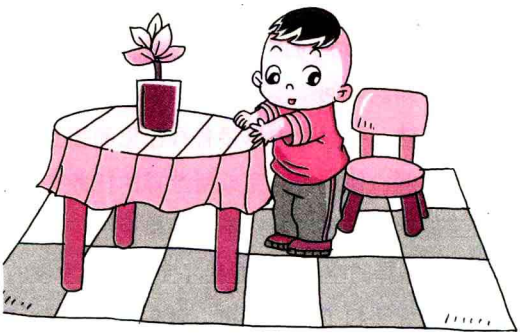
（1）模仿肢体语言的作用

模仿肢体语言有助于宝宝智商和情商两方面的发展。宝宝在模仿中可以对位于大脑左半部的语言皮层和位于大脑右半部的视觉神经运动皮层同时进行刺激和锻炼，这样就可以大大提高宝宝手眼之间相互配合的协调

性。尤其在8个月以后，宝宝运动机能发展相对比较迅速，手和手指的运动越来越自如，同时宝宝对周围事物的兴趣更加浓厚，因此，只要宝宝手可以触摸到的东西，他都要尝试着用手去摸一摸，甚至还要把东西塞入口中啃一啃，嚼一嚼。好奇心和模仿欲是3岁内宝宝最明显的特征，因此父母可以利用宝宝这一特征，尝试在与宝宝交流时使用各种不同的肢体语言，让宝宝有更多的机会去模仿。

(2) 模仿语言的作用

语言的模仿也对宝宝的启蒙教育起着非常重要的作用，它可分为三个不同的阶段，即对声音作出反应阶段、模仿发音阶段和用语言表达思想阶段。针对这三个阶段的不同特点，父母应注意多多引导，让宝宝的语言模仿能力得到更加迅速的发展。处在语言模仿第一阶段的宝宝会在听到谈话、音乐或者玩具发出的声音时伴随发出“咿咿呀呀”的声音，因此，父母可以通过多和宝宝对话，给宝宝听音乐，为宝宝提供各种可发声玩具等激化宝宝对发音的兴趣。进入语言模仿第二阶段的宝宝对周围各种声音的反应更加敏感，常常会尝试学习模仿，这时，父母可以利用各种机会帮助宝宝练习发音，让宝宝通过不断地模仿正确发音，进行模仿语言的基本积累。处在第三阶段的宝宝可以用语言表达基本的意思。父母除了多与宝宝交流，为宝宝提供各种人工声源促进宝宝听力与语言发展之外，还可以通过模拟自然界的声音来训练宝宝的联想能力，例如父母可以教宝宝模拟“哗哗”的流水声，“隆隆”



的打雷声等。在模拟自然界各种声音的过程中，父母还可以指导宝宝配合各种动作来全面锻炼宝宝的感觉器官。

2.在劳动中开发宝宝的智商和情商

一般家庭在周末清扫卫生活动中，父母可能习惯于一个人打扫卫生，一个人照顾宝宝，这种安排并不是最好的，父母不妨试一试让宝宝一同参加家庭劳动，或许会发现这样做是很快乐的，同时它还能够提升宝宝的智商和情商。

周末清扫活动。父母可以参照以下的介绍进行：双休日的早晨，吃过早饭后，由妈妈来布置劳动任务。妈妈说："今天上午我们一家人一同打扫房间，大家说好不好？我们先看一看房间中什么地方最脏，什么地方需要打扫，什么地方需要擦一擦，哪的东西摆放最乱，需要整理一下。"

任务布置完后，父母要引导宝宝去寻找，告诉宝宝如何发现灰尘，哪的东西放的位置不对等。寻找归来后，父母要引导宝宝说出自己的发现，哪最脏需要扫，哪需要擦，哪东西摆放太乱……如果宝宝说桌子脏了，妈妈要问："你是怎样发现的？"宝宝可能这样回答："因为桌面上有脏印儿了；柜子该擦了，因为都能画出道道了……"通过交流还可扩大宝宝的关注范围。

允许宝宝参与父母的事，宝宝会很开心的。劳动任务明确后，再进行劳动分工，如妈妈问："爸爸打扫哪儿？有困难吗？宝宝准备打扫哪儿？有什么好办法？"讨论中尽量各抒己见和相互支持，对将要遇到的困难和问题作出预测，使宝宝对完成所选择的任务有一定的心理准备。如果父母认为宝宝的选择不妥，最好不要简单拒绝，在不构成安全隐患的前提下，给宝宝留下选择的空间，便是给了宝宝主动发展的可能。

可准备好清扫工具。如布、墩布、吸尘器、笤帚等，引导宝宝进行选择。也可以为宝宝准备小一些的盆、笤帚，提高宝宝劳动的兴趣，为宝宝自主完成一件事创造条件。假如宝宝对某种工具情有独钟，应视宝宝的年龄，

适当满足宝宝的需要。如请他观看父母如何利用那件工具进行劳动，并进行相关方面的安全常识教育，不宜简单生硬地拒绝宝宝的要求，或粗暴指责宝宝的选择错误。因为宝宝对劳动的最初兴趣往往始于使用工具。劳动开始后，每个家庭成员要认真干活，打扫擦拭自己分管的责任区。



在劳动的过程中，父母要以身作则，并注意运用语言及身体动作感染和鼓励宝宝做好、做完一件事，保持持久的愉快情绪。劳动中如果宝宝遇到困难，情绪急躁时，父母要以游戏的口吻介入协助："我们来啦！我们帮你来啦！"使宝宝获得亲情支持。劳动结束后，和宝宝一起欣赏劳动成果，别忘了表扬宝宝："快看，宝宝真了不起。将抹布擦得都黑了。"引导宝宝关注自己和他人的劳动成果，分享合作的快乐："看，爸爸真棒，把高高的大衣柜擦得这么亮。"劳动是中华民族的传统美德。劳动不仅能使宝宝增长知识、锻炼意志、增强责任心，而且可以培养宝宝做事有始有终、尊重他人劳动等良好品质。3～4岁的宝宝身心发展的水平已具备了参加简单劳动的条件。他们的体力逐年增强，身体活动自如，手的动作已较灵活，有了一些简单的知识经验，再加上宝宝是好奇、好动、好模仿的，在正确的教育及影响下，他们会很乐意参加各种力所能及的劳动，而且能从劳动中获得知识，找到快乐。所以说，父母不必包下全部的

家务劳动，而应该带着宝宝一同劳动，一同分享劳动的快乐。

3.游泳可培养宝宝智商与情商

婴幼儿游泳是一项对新生宝宝综合的、不添加额外药物或治疗的健康保健项目。婴幼儿游泳将游泳与抚触融合在一起，通过特定的水质、水温，使宝宝在接近母体子宫羊水的环境中进行自主的全身运动，接受大量温和干净的水的刺激，从而促进宝宝身心健康发育。

游泳时，视、听、嗅、温、触、运动等良性刺激，可提高婴幼儿中枢神经、骨骼和肌肉等各个系统和脏器官的发育与成熟，改善宝宝在宫内长时间被动姿势的影响，促进身体灵活性和协调性，促进大脑的发育，提高大脑对外界环境的反应能力、应激能力和智力发育。宝宝与护理人员、父母间的交流，可使宝宝身心感到抚慰，消除孤独、焦虑、恐惧等不良情绪，促进亲子情感的交流，提高社交能力和自知能力，培养宝宝良好的情商。

婴幼儿时期是宝宝一生中生长发育最旺盛的时期，早期正确进行游泳可促进宝宝各系统的生长发育，是开启宝宝智商和情商、开发和激发宝宝的本能与潜能的金钥匙，但宝宝游泳必须配备专用的器具，在适当的室温、水温环境中，在医护人员的专业指导下进行，最好不要在家中自行游泳。一般正常分娩的足月宝宝，体重在2000克以上，无需特殊医疗处理的新生宝宝适合游泳；出生后有并发症需特殊医疗处理，早产宝宝、低体重宝宝，皮肤和肚脐眼有感染的宝宝暂时都不适合游泳。

4.个性拼图—提高宝宝智商和情商的好方法

宝宝无论玩什么都没常性，一会儿就够，一会儿干这个、一会儿干那个。作为父母当然不能抹杀宝宝纯真的天性，正确的引导尤为重要。所有的父母无不希望自己的宝宝做事情善始善终，因为这是宝宝今后成才的基

本素质。著名教育学家蒙台梭利说过："如果让您的宝宝每天聚精会神地专注一件事情半个小时，这样培养出的习惯，宝宝将会收益终生。"拼图游戏满足了父母的这一愿望。

父母可以自己做拼图，可以把照片、风景、植物、动物等用拼图的形式表现出来，这样不但培养了宝宝观察、解决问题的能力；同时，玩拼图的过程又使宝宝养成了做事耐心、专心的良好习惯。

宝宝玩个性化拼图的时候，他可以从中找到自己、找到家人、找到熟悉的环境等，从而有效提高宝宝玩拼图的兴趣。个性化拼图是宝宝的另一种书籍，另一种思维，另一种智慧，另一个阶梯。

5.在智商培养中培养情商

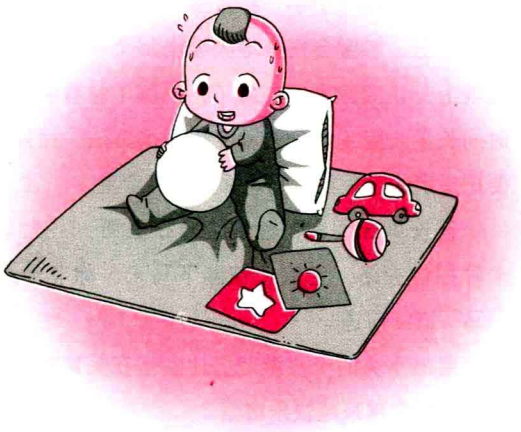
关于情商与智商孰轻孰重的争论一直在继续，这二者之间真的就那么对立吗？父母是否想过，在培养宝宝智商的同时，也可以对他的情商进行熏陶。

有这样一道选择题：既然80%情商+20%智商=100%成功，那么究竟该把怎样比例的时间和精力放在对宝宝智商和情商的培养上呢？

A.花更多的时间和精力在智商培养上

B.花更多的时间和精力在情商培养上

C.花等同的时间和精力在二者上



答案是：C。

你答对了吗？其实，情商与智商的培养本来就是融合在一起的。智商与情商的提高都不是孤立进行的，在它们之间总能找到恰到好处的结合点。

（1）认知技能与快乐情绪

父母教宝宝认字，开始宝宝认得很好，父母喜上眉梢，于是每天都在小黑板上写上几个字教宝宝识字，可很快他就对这种单调的形式不感兴趣了，不是见了小黑板就跑，就是所答非所问，这时如果父母吹胡子瞪眼，并直说宝宝笨，宝宝就会变得不爱学东西，易怒、急躁，也不自信了……

父母在家里总要花很多时间去提高宝宝的认知能力，这本身是智商的培养，但认知方法的选择却又影响着宝宝情商的发展。快乐的情绪是宝宝情商发展的要素，如果父母肯多动脑筋把宝宝的兴趣放在第一位，多想一些好的办法，就会一举两得。

那么，在宝宝认知的过程中，有哪些办法可以增加宝贝的快乐情绪呢？

①卡片认知法。准备识字卡片，妈妈把两个字摆在屋子一边的地上，指定一个字，和宝宝从屋子另一边比赛爬过去，看谁先拿到那个字。有时妈妈也可举起一个字，给宝宝一个纸筒卷成的喇叭，这个小喇叭会让宝宝兴奋不已，宝宝会兴奋地大喊出那个字来。有时妈妈也可以干脆把卡片扔在地上，让宝宝光着小脚丫，用脚丫黏着字从一个地方运到另一个地方。时间长了，宝宝也会主动变换搬运方法，比如，用头顶着等。不管怎样只要把指定的字运到，妈妈都要夸奖宝宝。

爸爸可当大马，让宝宝骑在上面，“大马”走着走着，就会有一个卡片拦住去路，宝宝也被翻下马来，除非他说出这个字是什么，才能上“马”继续前进……

层出不穷的卡片游戏，让宝宝在笑声中、喊声中、运动中认的字越来越多，也会越来越快乐自信。

②故事认知法。如果宝宝爱听故事，那么妈妈可以拿出一些布偶小动

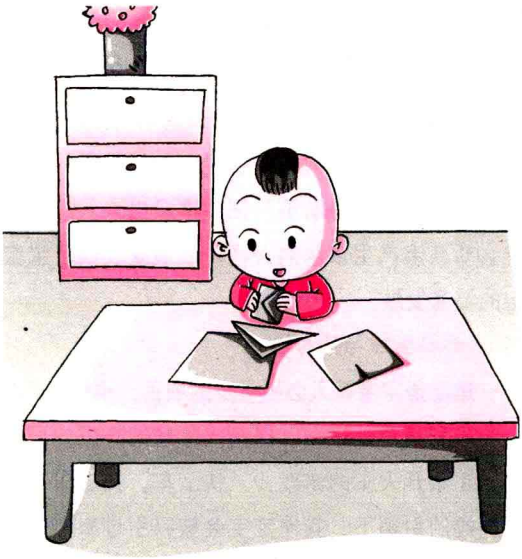
物和宝宝一起听，听一会儿故事后，让宝宝负责给每人发两个开心果，逐渐地变成给每人发三个、四个……不知不觉中宝宝就学会了数的概念，也学会了与人分享，并充满爱心。

妈妈可以和宝宝一起去公园里捡树叶，并可用捡来的叶子做成一本书，如《花叶》《树叶》等，并把书中相关的内容补充完整，这样宝宝在听和妈妈从所做书里讲出来的故事时，心里会特别高兴，会和妈妈的感觉更近了，同时也认识了玫瑰花叶、茉莉花叶等花的叶子；干树叶、黄树叶、绿树叶、长数叶、圆树叶等树叶（颜色、形状和字的认知）。

③音乐认知法。若宝宝喜欢音乐，妈妈可为他买和着音乐唱出来的古诗；妈妈也可通过律动跟宝宝边做游戏边背童谣；妈妈还可放节奏和旋律起伏大的音乐，让宝宝体味不同乐段表达的不同情节和故事，等等，让宝宝在音乐的世界中体会无穷的乐趣。

（2）语言发展与情感表达

婴幼儿时期是宝宝语言智能发展的关键期，也是情商发展的关键期，所以此时一些有意的引导在促进语言发展的同时可以促进情商的发展。



①帮宝宝积累表达感情的词汇。妈妈可以变换不同的词语去帮宝宝表达情感："宝宝难过了，宝宝伤心了，宝宝快乐起来吧，宝宝高兴起来吧！""哈哈，宝宝乐极生悲

了。”“不好了，宝宝愤怒了！”“宝宝有些难为情。”“宝宝还嫉妒人呢！”“宝宝又得意忘形了。”这些词语的积累将会对宝宝日后自如表达情感大有帮助。

在积累词语的同时，妈妈也可与宝宝玩变脸的游戏，说一个词语，用手一蒙脸就换一种表情，这也会促进宝宝对词汇的理解。

②注意与宝宝交流的方式。当父母心平气和地与宝宝说话时，宝宝也会心平气和地听；如果父母经常把自己的想法用适当的方式与宝宝交流，宝宝也会愿意把他的想法以适当的方式与父母交流等。而这些正是宝宝所积累的日后与他人交往的经验。

父母要保持与宝宝谈心的习惯，可经常说：“宝宝，爸爸（妈妈）要和你谈谈。”可以有意地用这样一种句式：“宝宝，爸爸（妈妈）觉得非常+表达情感的词（难过，高兴，生气等），因为+原因+今后爸爸（妈妈）希望……”这种方式会让宝宝习惯于去了解别人的心里感受，也模仿着学会去表达自己的心理感受。这两点在情商发展中都是非常重要的。

③教宝宝学会拒绝。拒绝总是令人尴尬的事情，但人的一生中不可能总是所有事情都是心甘情愿接受的，所以学会拒绝是十分必要的。告诉宝宝要敢于拒绝，教会宝宝用合适的语言拒绝，对情商的培养非常有益。

④表演。妈妈要善于引导宝宝把熟悉的故事表演出来。开始，宝宝或许只是在妈妈的协助下，把故事串出来，妈妈给他提了一些建议后，宝宝就会对表演产生浓厚的兴趣。表演既发展了宝宝的语言智力，也促进了宝宝的情商发展。

(3) 运动智能与情商培养

运动是宝宝每天必不可少的项目，也是培养宝宝人际智能的大好机会。

①利用户外运动，提高人际智能。妈妈可以领着宝宝和社区的小朋友们一起做开火车的游戏，“快上车，快上车，我的火车就要开了！”这样在妈妈的引领下，其他宝宝会被吸引过来，他们你拽着我，我拽着你，排成长队，玩得兴致盎然。

妈妈每次带宝宝出去玩，可以为他带上一些能吸引其他宝宝来一起玩

的玩具。比如球、吹泡泡液、飞盘等。其他宝宝会因为感兴趣而聚到宝宝身边来。

②鼓励冒险行为可提高宝宝情商。鼓励宝宝自己发现有创意的运动方式和看似冒险的行为，让宝宝在自我探究中有成就感，并不断增强自信心。

妈妈可以利用家里的环境，为宝宝设置一些有挑战性的运动方式。如用家里的四把椅子通过不同的拼摆方式，搭成有难度的各种通路，让宝宝通过，这样宝宝既体会了探险带来的兴奋，也不断地增加着克服困难的勇气和信心。

③让宝宝进行一些有耐力的活动。爸爸可以定期带宝宝去远足，并让宝宝自己背个小包，通过这种锻炼，宝宝的身体会越来越棒，坚持性和忍耐性也会越来越强。

6.游戏可开发宝宝智商与情商

在日复一日的游戏和运动中，终于有一天，父母会发现，宝宝居然如此优秀！宝宝出色地成长，将会带给父母无穷的幸福。



父母可鼓励宝宝多多参与一些扮演角色的游戏或运动，如龟兔赛跑等。从游戏中，让宝宝学会从角色的角度看待问题，知道自己的一举一动必须与所扮演的角色行为相吻合，同时还须准确揣摩对方的心

思和企图，学会与合作者共同拟定乃至改变游戏活动的主题。为了使角色游戏成功地继续下去，同伴之间就要先协商由谁来担任什么角色，准确设计不同角色的不同语言和动作。在游戏中，宝宝还可以学习如何坚持自己正当的权利、要求，怎样控制自己的言行，以符合游戏规则等。

八、早教故事—培养婴幼儿情商

1.相信自己是一只雄鹰

一个人在高山之巅的鹰巢里，抓到了一只幼鹰，他把幼鹰带回家，养在鸡笼里。这只幼鹰和鸡一起啄食、嬉闹和休息。它以为自己是一只鸡。这只鹰渐渐长大，羽翼丰满了，主人想把它训练成猎鹰，可是由于终日和鸡混在一起，它已经变得和鸡完全一样，根本没有飞的愿望了。主人试了各种办法，都毫无效果，最后把它带到山顶上，一把将它扔了出去。这只鹰像块石头似的，直掉下去，慌乱之中它拼命地扑打翅膀，就这样，它终于飞了起来！

启示：磨炼召唤成功的力量。

2.五枚金币

有个叫阿巴格的人生活在内蒙古草原上。有一次，年少的阿巴格和他爸爸在草原上迷了路，阿巴格又累又怕，到最后快走不动了。爸爸就从兜里掏出五枚硬币，把一枚硬币埋在草地里，把其余四枚放在阿巴格的手上，说："人生有五枚金币，童年、少年、青年、中年、老年各有一枚，你现在才用了一枚，就是埋在草地里的那一枚，你不能把五枚都扔在草原里，你要一点点地用，每一次都用出不同来，这样才不枉人生一世。今天

我们一定要走出草原，你将来也一定要走出草原。世界很大，人活着，就要多走些地方，多看看，不要让你的金币没有用就扔掉。”在父亲的鼓励下，那天阿巴格走出了草原。长大后，阿巴格离开了家乡，成了一名优秀的船长。

启示：珍惜生命，就能走出挫折的沼泽地。

3.扫阳光



有兄弟两人，年龄不过四五岁，由于卧室的窗户整天都是密闭着，他们认为屋内太阴暗，看见外面灿烂的阳光，觉得十分羡慕。兄弟俩就商量说：“我们可以一起把外面的阳光扫一点进来。”于是，兄弟两人拿着扫帚和簸箕，到阳台上去扫阳光。等到他们把簸箕搬到房间里的时候，里面的阳光就没有了。这样一而再再而三地扫了许多次，屋内还是一点阳光都没有。正在厨房忙碌的妈妈看见他们奇怪的举动，问道：“你们在做什么？”他们回答说：“房间太暗了，我们要扫点阳光进来。”妈妈笑道：“只要把窗户打开，阳光自然会进来，何必去扫呢？”

启示：把封闭的心门敞开，成功的阳光就能驱散失败的阴暗。

4.一只蜘蛛和三个人

雨后，一只蜘蛛艰难地向墙上已经支离破碎的网爬去，由于墙壁潮湿，它爬到一定的高度，就会掉下来，它一次次地向上爬，一次次地又掉

下来……第一个人看到了，他叹了一口气，自言自语："我的一生不正如这只蜘蛛吗？忙忙碌碌而无所得。"于是，他日渐消沉。第二个人看到了，他说：这只蜘蛛真愚蠢，为什么不从旁边干燥的地方绕一下爬上去？我以后可不能像它那样愚蠢。于是，他变得聪明起来。第三个人看到了，他立刻被蜘蛛屡败屡战的精神感动了。于是，他变得坚强起来。

启示：有成功心态者处处都能发觉成功的力量。

5.自己救自己

某人在屋檐下躲雨，看见观音正撑伞走过。这人说："观音菩萨，普度一下众生吧，带我一段如何？"观音说："我在雨里，你在檐下，而檐下无雨，你不需要我度。"这人立刻跳出檐下，站在雨中："现在我也在雨中了，该度我了吧？"观音说："你在雨中，我也在雨中，我不被淋，因为有伞；你被雨淋，因为无伞。所以不是我度自己，而是伞度我。你要想度，不必找我，请自找伞去！"说完便走了。第二天，这人遇到了难事，便去寺庙里求观音。走进庙里，才发现观音的像前也有一个人在拜，那个人长得和观音一模一样，丝毫不差。这人问："你是观音吗？"那人答道："我正是观音。"这人又问："那你为何还拜自己？"观音笑道："我也遇到了难事，但我知道，求人不如求己。"

启示：成功者自救。

6.让失去变得可爱

一个老人在高速行驶的火车上，不小心把刚买的新鞋从窗口掉了一只，周围的人倍感惋惜，不料老人立即把第二只鞋也从窗口扔了下去。这举动更让人大吃一惊。老人解释说："这一只鞋无论多么昂贵，对我而言已经没有用了，如果有谁能捡到一双鞋子，说不定他还能穿呢！"

启示：成功者善于放弃，善于从损失中看到价值。

7.请不要开错窗

一个小女孩趴在窗台上，看窗外的人正埋葬她心爱的小狗，不禁泪流满面，悲恸不已。她的外祖父见状，连忙引她到另一个窗口，让她欣赏他的玫瑰花园。果然小女孩的心情顿时明朗。老人托起外孙女的下巴说："宝宝，你开错了窗户。"

启示：打开失败旁边的窗户，也许你就看到了希望。

8.人生的秘诀

30年前，一个年轻人离开故乡，开始创造自己的前途。他动身的第一站，是去拜访本族的族长，请求指点。老族长正在练字，他听说本族有位后辈开始踏上人生的旅途，就写了3个字：不要怕。然后抬起头来，望着年轻人说："宝宝，人生的秘诀只有6个字，今天先告诉你3个，供你半生受用。"30年后，这个从前的年轻人已是人到中年，有了一些成就，也添了很多伤心事。归程漫漫，到了家乡，他又去拜访那位族长。他到了族长家里，才知道老人家几年前已经去世，家人取出一个密封的信封对他说："这是族长生前留给你的，他说有一天你会再来。"还乡的游子这才想起来，30年前他在这里听到人生的一半秘诀，拆开信封，里面赫然又是3个大字：不要悔。



启示：中年以前不要怕，中年以后不要悔。

9.司机考试

某大公司准备以高薪雇用一名小车司机，经过层层筛选和考试之后，只剩下三名技术最优良的竞争者。主考者问他们："悬崖边有块金子，你们开着车去拿，觉得能距离悬崖多近而又不至于掉落呢？""二公尺。"第一位说。"半公尺。"第二位很有把握地说。"我会尽量远离悬崖，愈远愈好。"第三位说。结果这家公司录取了第三位。

启示：不要和诱惑较劲，而应离得越远越好。

10.狮子和羚羊的家教

每天，当太阳升起来的时候，非洲大草原上的动物们就开始奔跑了。狮子妈妈在教育自己的宝宝："宝宝，你必须跑得再快一点，再快一点，你要是跑不过最慢的羚羊，你就会活活地饿死。"在另外一个场地上，羚羊妈妈也在教育自己的宝宝："宝宝，你必须跑得再快一点，再快一点，如果你不能比跑得最快的狮子还要快，那你就肯定会被他们吃掉。"



启示：记住你跑得快，别人跑得更快。

中篇

探究婴幼儿早教

第一章
婴幼儿早教的原则

一、优化环境原则

宝宝智商与环境各方面因素关系密切。怎样让宝宝拥有高智商？除先天遗传、营养、体质、早期智力开发等因素之外，给宝宝打造一个良好的生活与学习环境也是十分重要的。家庭气氛温馨融洽，居室空气清新、光照良好、布置色调明快，重视与人交往，平时接受信息广泛等，都是促进宝宝智力发育的重要因素。



环境有时候不仅能够影响一个人的成长，有时更是会影响一个人的一生，给宝宝提供一个良好的成长环境是父母的

心愿，父母可以自己动手给宝宝创造一个舒适的居住环境，比如改变宝宝的居室内部的环境，养几盆花草，摆几个可爱的娃娃等，为宝宝提供一个温馨的家居室内环境。当然父母在为宝宝改善生活的环境的同时，别忘了给宝宝一个爱的环境，让宝宝在爱的环境下成长，对宝宝来说，家庭成员的关爱才是其成长中最需要的。

1.智商与环境因素

环境是潜在的老师，著名心理学家罗伯特说过："人离开环境，便无行为可言。"良好的生活与学习环境对宝宝来说非常重要。

（1）宁静益智

生活在宁静、柔和环境中的宝宝一般智商较高，而一个充满噪声的环境则会阻碍宝宝智力发育。这是因为高强度噪声可以在数小时内损害大脑细胞。所以，应让宝宝尽量避免各种噪声的干扰，这样有利于其智力的发育。

（2）和睦益智

家庭和睦，气氛融洽，充满亲情之爱，可增进宝宝的智力。相反，夫妻争吵不休，宝宝享受不到母爱和父爱，这种恶劣的家庭环境，会使宝宝心情压抑、孤独，生长激素减少，使宝宝身材矮小，智商降低。

（3）交往益智

父母应多鼓励宝宝走出家庭，与同龄和高龄宝宝，甚至父母交朋友。交往既能扩大信息，也是促进脑功能发展的重要措施，宝宝尤其如此。喜欢和父母打交道的宝宝，其学习能力较强，而不愿与父母交往的宝宝一般较差。父母良好的语言、思维和行为，有助于增进宝宝的智力发育。相反，患有孤独症的宝宝智商也低。

（4）芳香益智

在宝宝的居室和教室放一些花草或芳香物品（如芳香枕巾、书笺、香袋等）或洒一点天然的香水，造成一个香气洋溢的环境，有益智的功效。与一般环境比较，生活在芳香环境中的宝宝，无论视觉、知觉，接受与模

仿能力等方面，都有明显的优势。奥妙在于芳香能给人一种良好刺激，使人心情松弛，情绪高涨，增强听觉与嗅觉及思维的灵敏度，进一步提高智商。

（5）颜色益智

淡蓝色、黄绿色以及橙黄色能振奋宝宝精神，提高宝宝的注意力；而黑色、褐色、白色可能会损害宝宝智力，降低宝宝智商。所以在宝宝的居室或教室的墙壁悬挂一些淡蓝色背景的挂画或条幅，将有助于宝宝的学习。

2.有利于宝宝智力发展的环境

在人类智力发展的过程中，遗传因素决定了智力发展的可能性，而环境和教育则决定了智力发展的现实性。那么，在宝宝智力发展的过程中，怎样为宝宝提供有利于智力发展的环境呢？

（1）为宝宝提供丰富的信息刺激

丰富的信息刺激可以使宝宝产生好奇心和积极的探索愿望。如家庭中的摆设就是良好的信息刺激源，在安排一些摆设中，要考虑到对宝宝的教育作用，如在家中适当的地方摆上几盆花，饲养几条金鱼，这无疑对宝宝来说是大有裨益的。每天让宝宝闻一闻花香，观察花开花落的现象，让宝宝在观察的过程中提出各种问题并解决问题，如喇叭花的形状像什么，马蹄莲花的形状像什么，为什么不给花浇水它就会枯萎等，这些问题的提出与解决可以使宝宝的大脑处于积极的思维状态。又如宝宝在观察金鱼的过程中可以发现金鱼的身体是什么形状的，眼睛是什么形状的，尾巴又是什么样的等，这就大大地发展了宝宝的观察力。

（2）经常和宝宝讨论一些问题

如下大雨和下小雨的雨声有什么不一样，天热时怎么办 ，天冷时怎样御寒，停电了怎么办等一系列问题，会让宝宝处于思考问题的情境中，促进其智力发展。

(3) 开展一些有利于宝宝智力发展的活动

如“词语接龙”比赛（红色—色彩—彩带—带走—走路……），可以扩大宝宝的词汇量。还有可以让宝宝参加下棋比赛，这样可培养宝宝的注意力和判断能力。

(4) 为宝宝布置一个有利于智力发展的小天地



家中应专门为宝宝布置一个小天地。在宝宝的小天地里，环境布置要宝宝化，允许宝宝对自己的小天地提出怎样布置的意见。摆设物不宜过多，要易于宝宝拿、放东西和整理物品，一般来说，宝宝的小天地中要有一个书架，从小培养宝宝喜爱书、爱读书、会整理图书的好习惯。，玩具柜也是必不可少的，要让宝宝学会摆放玩具，爱护自己的玩具。另外，还要有一个工具柜，让宝宝把纸、剪刀、糨糊、蜡笔等物品整齐地摆放。一旦宝宝喜欢上了自己的小天地，他将会在这块小天地中大胆地发挥自己的想象力，自由地玩耍，快乐地创造。

二、用“心”培养原则

不论是哪家的宝宝，都是父母的掌上明珠和希望。宝宝从父母那获得的爱总是一样的无私，但结果却往往很不一样，因为他们的教育方式不一样。方法如开锁的钥匙一般重要，方法不得当，锁是怎么也打不开的，所

以，父母对宝宝的用“心”培养很重要。

1.狠心：让宝宝吃点苦

父母为宝宝遮风挡雨要有限，重在引导宝宝如何避风雨，或者解决风雨中遇到的问题，而不是每次都为宝宝把风雨全遮挡住。不经历风雨怎么见彩虹，宝宝不吃点苦，对甜也就不会有那么深的体会。

而且，如果父母帮宝宝把风雨全挡住了的话，那么父母就等于在宝宝成长的道路上，挖掘了一个温柔的陷阱，陷阱里的宝宝，被剥夺了遭受失败和挫折的机会，不会犯错也不懂得纠错，永远学不到扎实的生存本领。

放手让宝宝适当吃点苦，在宝宝摔倒时，鼓励他自己爬起来，当宝宝在学校受到其他小朋友欺负时，不要心急地去找老师，让宝宝试着自己去解决一下。人生路上有些磕磕碰碰是很正常的事，做父母的不要大惊小怪，这样的宝宝将来才可以经受住压力、诱惑和委屈。

2.精心：父母以身作则

父母是宝宝的第一位老师，父母不经意的言行，也会对宝宝产生影响。如果很多好习惯父母身上都不具备的话，要培养出一个具备那些好习惯的宝宝是很不容易的，因此，言传身教尤为重要。

在宝宝面前，父母要“吾日三省吾身”，精心做好准备，树立良好的形象。

3.平常心：让宝宝顺其自然地成长

毕竟神童的数量有限，不要宝宝还在肚子里就期望他是个神童。

父母对宝宝期望太高，会给宝宝造成很大的压力，很可能对宝宝的健

康成长有害无益。电影《钢琴师》里的一位天才宝宝，在他父亲的教导下开始在音乐海中泅泳，在父亲的施压下，宝宝苦学有成，但因为承受了太大的心理压力，原本性格乖巧的宝宝最后进了疯人院。除了钢琴，他一切失常。

因此，培养宝宝做人比成才更重要，父母不要把自己的理想附加给宝宝，让他们顺其自然地成长是最好不过了。

4.爱心：实施婴幼儿素质教育的基础

父母对宝宝的爱有两种，一种是严爱、关爱；一种是溺爱、宠爱。前者有助于宝宝成才，后者将会阻碍宝宝的发展。应该采取哪种方式，答案不言而喻。

父母爱宝宝，给宝宝温情和关怀，才会关心宝宝的成长和发展，从宝宝出生之日起就开始早期教育而不放任自流。父母爱宝宝，才会由此激发起信心、耐心、细心、恒心去克服教育中的种种困难，使教育见成效。父母爱宝宝，才会使宝宝产生安全感、信任感，从而使宝宝和父母保持良好的情感交流关系，让宝宝更愿意接受教育。父母爱宝宝，才会在实施教育的过程中从宝宝的角度去考虑教育方式，使教育顺其自然，不



违背其成长规律。父母爱宝宝，才会不断地修身养性，补充完善自己，做名副其实的师长。而如果父母不爱宝宝，或溺爱宠爱宝宝，就会忽视宝宝的早期教育，甚至贻害宝宝的一生。

5.信心：实施婴幼儿素质教育的力量

信心能化为内心的能量，促使信念的实现。有的父母见自己的宝宝某方面差一点，就认为他不是那块料，从而失去信心，不愿意早期教育，任其发展。其实宝宝的智力30%来自于遗传，70%来自于后天的教育和环境。



德国教育家卡尔威特的宝宝小威特，先天不足，婴幼儿期间显得痴呆，可老威特没有放弃，他相信“人的才能主要取决于后天的教育”，坚持对小威特进行早期教育，结果小威特智力超群，5岁掌握词汇3万多，10岁上大学，14岁获哲学博士。

人是环境之子，作为父母，无论自己的宝宝聪明或笨拙，你首先要充满信心，相信只要努力教育，他就一定会有所长进。

6.细心：决定婴幼儿素质教育的质量

婴幼儿素质教育是系统化的工程，它涉及智力开发、科学喂养、体质锻炼、心理素质和性格培养、美德熏陶等。它寓教育于生活中，养教结合；寓教育于游戏中，教在有心，学在无意。它是个性化的教育，其教育

必须符合宝宝的身心发展规律，符合宝宝的个性。

婴幼儿素质教育的这些特点要求父母一定要细心。要细心关注宝宝在生活中的点点滴滴，抓住可施教的机会对宝宝进行教育；要细心关注宝宝的言谈举止，了解宝宝的潜能、特点，因材施教，使教育符合宝宝的天性；要细心观察宝宝的各方面发展是否平衡，对不足的方面强化训练，以培养和造就“完美”人才；由于婴幼儿的发育速度有快有慢，个性也不相同，因此父母教育宝宝必须细心，如果粗心大意，盲目施教，会收效甚微，甚至揠苗助长，伤害宝宝。

7.耐心：使婴幼儿教育得以持续的保证

婴幼儿素质教育是启蒙教育，由于受教育者的生理和心理都未发育成熟，教育又以启蒙为主，即以开慧、健体、习性、养德为主，所以宝宝对教学的反应不一定及时，教学的成效不会立竿见影。比如教宝宝把物，父母要多示范几次他才会把；教宝宝识物，父母要指认多次他才会知道，教宝宝学语，父母要反复诱导他才会说；宝宝早期教育形成的智力优势、良好的心理素质和个性要较长时间才能显现。

有的父母在教学初期热情高、劲头大，教几次后见宝宝没有反应或见效小，就失去耐心，放弃了教育。婴幼儿时期是人生的关键期，在这个时期，宝宝的智力发展迅速，心理素质和性格逐步形成，此时教育将使宝宝受益终生，此时放弃教育就会“错过春光无处寻”。父母教育宝宝应有一份耐心，要相信有一份播种就有一份收获。

8.恒心：决定婴幼儿教育成效的大小

婴幼儿素质教育是基础教育，它以开发智力、强壮体魄、培养良好的心理素质和性格、美德为目的，以环境熏陶、潜移默化等为手段，寓教育于抚养宝宝的整个过程中，因此教学时间长，如宝宝智力的开发需要千百

次花样百出的游戏活动的磨炼；宝宝的习性需要良好的行为举止的日积月累；宝宝的养德需要无数寓情、寓理、寓美的艺术活动的熏陶，这些教学项目，没有恒心是完成不了的。半道施教、半途而废、一曝十寒都会影响教学的效果。父母唯有持之以恒地对宝宝进行素质教育，才会取得丰硕的成果，才会为宝宝的成长和发展奠定坚实的基础。

三、营造互动原则

家庭中的互动，主要是指父母和宝宝之间的相互交往活动，这是家庭日常活动中最基本和普遍的现象。良好的互动会对宝宝顺利成长起到促进作用，而不良的互动不仅会影响宝宝的发展，还会给家庭带来许多烦恼和问题。那么父母该如何和宝宝进行良好的互动呢？

1. 了解宝宝的生理和心理特点

父母要和宝宝进行良好的互动，必须要了解宝宝的年龄特点，要了解自己的宝宝正处于哪个年龄阶段，这个阶段有什么表现。哪些表现是正常的，哪些是异常的。比如，宝宝的思维特点具有直觉行动性的特点，他们在做事情的时候往往是边做边想边说，也就是说，做、想和说是同步的，在他们玩的时候，父母如果不让他们说话，就违背了宝宝的心理特点，会影响他们的发展。

再如，婴幼儿时期是宝宝害怕和焦虑的情感开始萌发的时期，这时期有的宝宝开始害怕，天一黑就不敢一个人下楼，有的甚至上卫生间也要父母跟着，如果父母不了解宝宝这个时期的特点，认为他越大越没出息，无端地进行指责，不但解决不了问题，反而会使问题更加严重。所以，父母要和宝宝进行良好的互动，了解宝宝的年龄特点是必须具备的一个条件。

2.树立正确科学的宝宝观



宝宝观就是对宝宝的认识和看法。父母要和宝宝进行良好的互动，树立正确的宝宝观是很重要的。

首先，父母要认识到，宝宝虽然年龄比父母小，但在人格上是独立的，是和父母平等的，他们也有自己的尊严和权利，父母和他们交往时，必须把他们当做平等的个体看待。

其次，宝宝之间是有个别差异的，每个宝宝都有自己的独特性和优势，父母要善于发现自己宝宝的优点，要看到宝宝的长处和独特性。看待宝宝时，要进行纵向比较，用宝宝现在的表现和其过去比，这就很容易发现宝宝的进步。不要总是进行横向比较，拿宝宝的不足和别人的优点比，如果习惯于横向比较，父母又觉得自己的宝宝不如别人的宝宝，不仅父母会产生失望感，也会使宝宝失去自信和努力的勇气。

3.创设适当的互动环境

在家庭中，父母和宝宝互动并非在真空中进行的，而是在一定的环境中发生的，合适的互动环境可以促进互动的顺利进行，而不合适的互动环境则会影响互动的效果。那么在家庭中，适当的互动环境应该具备什么条件呢？

（1）合适的时间

父母和宝宝之间的互动虽然发生在每时每刻，但成功的互动应该具有一些时间条件。比如，宝宝吃饭时和睡觉前半小时最好不要和他谈事情，

更不要批评他，和宝宝谈事情，要在宝宝心情比较好的时候，当宝宝情绪低落时最好避免谈。

（2）适当的场合

一般来说，当家里有宝宝的小朋友时，或者有邻居或亲戚等其他人时，父母要避免谈论宝宝的缺点，和宝宝在别人家的时候也不要批评宝宝，更不要指责，否则会伤害宝宝的自尊心，既起不到好的效果，有时候还会有反作用。

（3）良好的语言环境

父母和宝宝以及父母之间的互动要注意语言的表达方式和态度，语言要礼貌，语气要轻缓，态度要和蔼，切忌急躁、喊叫，表达要清楚明确，不要模糊和啰唆，更不要说一些粗鲁的语言，另外，父母在和宝宝互动时不要带着个人消极情绪，带有消极情绪的父母容易在语言和情绪上失控，会给互动造成障碍。

4.采用一定的沟通技巧

父母的宝宝互动，除了要具备上面谈到的知识、观念和环境等，在实践上也要具备一些与宝宝交往和沟通的技巧。

（1）专注倾听型

当宝宝向父母述说一些事情时，比如，宝宝在回家的路上看到的，宝宝班上小朋友之间发生的，或者宝宝听别人说的等，这时候，父母就要专心听宝宝说，表现出对宝宝说的事情很感兴趣，还要有些简单的语言回应，比如："是吗""是这样啊""真有意思"等。

（2）真诚商量型

家庭中的事情比较多，有些较大的事情往往需要全家商量后才能决定，现在有很多家庭在商量时总是不让或从没考虑过让宝宝参与，长期这样下去，会使宝宝忽视自己是家庭一员的责任和义务。所以，在家庭中，父母要经常征求宝宝的意见，比如"一会儿我们去奶奶家，你说我们给爷

爷奶奶买点什么东西呢”等。

（3）积极建议型

一般来说，宝宝正处于身体和心理发展的时期，肯定会遇到这样那样的问题，父母要及时了解宝宝的情况，主动为宝宝提出一些好的建议，在给宝宝提出建议时，父母要注意态度和口气，首先在态度上要诚恳，要让宝宝感到父母确实是为他着想，其次在语言的使用上也要避免命令和强制，更不能表现出居高临下的样子，这样宝宝才能接受。

（4）同意理解型

随着宝宝年龄的增长，他们对人和事逐渐有了自己的看法，父母应该鼓励和激发宝宝，让他们把想法表达出来。当宝宝向父母发表见解时，父母不仅要耐心倾听，还要尽可能地表示肯定和同意。比如，父母可以说：“你说的有道理”“你的想法还真不错，妈妈怎么就没想到这些”等，当宝宝受到父母的认可和鼓励时，以后有什么想法他还会愿意和父母讲述。



（5）婉转批评型

宝宝由于年龄小，他们对社会和人的认识能力还处于很幼稚的不成熟状态，经常会在行为和语言上出现一些错误，所以在家庭中，父母批评宝宝是经常的事情，但是，当批评宝宝时要讲究方式，不要简单粗暴，更不要斥责和打骂。一般来说，父母应该采取先批评后希望的方式，批评时要非常鲜明地让宝宝知道父母对宝宝行为或语言方面的不赞成态度，还要说出父母不赞同的理由以及宝宝到底错在什么地方，最后，父母要提出自己的希望，尤其要让宝宝知道，

父母虽然批评了他，但仍然很喜欢和相信他。这样会促使宝宝更好更快地接受父母的批评，从而改正错误。

5.让宝宝当妈妈的助手

宝宝会走路的小脚可以使他走遍各处，他的探索绝无禁区，每一天都充满着新奇的发现。宝宝最初的独立倾向也在这种探索和发现中悄悄地萌芽。

模仿父母、模仿周围的同龄小伙伴，这是宝宝学会独立的一个重要途径。当父母操持家务时，宝宝会跟着走来走去，俨然一副“助手”模样。父母的举手投足，很可能不经意间就会被宝宝学会，父母穿衣脱鞋的动作是宝宝最容易模仿的动作之一。宝宝开始可以解开自己的衣扣、松开自己的鞋带，父母不要把这看成是调皮，也不要怕给自己添麻烦，宝宝能够学会自己脱衣脱鞋，这是值得高兴的事。

父母要留心在照料宝宝时让他用自己的能力来帮助你。这时的宝宝会很乐意为父母“效劳”，为父母取一份报纸、搬一张小凳等，从一个房间到另一个房间，他会高兴地跑来跑去。父母不妨多给宝宝一些这样的服务机会，这不仅使宝宝练习了动作，更可以促进他的语言理解和记忆能力，因为对宝宝的口头说明要靠他自己去理解执行。宝宝完成了指令，妈妈对他说一声“谢谢”，会让他非常开心。妈妈应当多与宝宝共同活动，让他做自己的“小助手”。

6. 宝宝+妈妈

妈妈的性格一般比较温柔细腻，耐得住性子，根据这一特点，妈妈们可以用简单的小游戏来促进宝宝的各项智能的发展，比如过家家、滚球、玩各种套叠玩具等。妈妈与宝宝之间的游戏相对来说比较静，以培养直接的情感体验和基本智能为主。

宝宝出生后，妈妈要给宝宝喂奶、换洗尿布、洗澡，要与宝宝一起游戏，给宝宝讲故事，逗宝宝开心，教宝宝认识周围事物和社会常识等。因此，在这一时期与宝宝交往最多的是妈妈，宝宝在与妈妈交往过程中，学会最多的是与人分享、谦让、合作、团结、友爱、关心别人、有礼貌等行为习惯以及最初的情感社交技能。

7.宝宝+爸爸

母爱和父爱宝宝都需要，缺一不可。爸爸和宝宝游戏时，会经常鼓励宝宝尝试新鲜的游戏，鼓励宝宝勇敢探索、独立克服困难、积极进取。爸爸的个性特征和游戏精神，会让宝宝在有形无形中养成良好的个性品质。宝宝在和爸爸的游戏过程能从一种男性的力量中感觉一种安全的依托。



第二章 婴幼儿早教从哪几方面入手

一.听觉能力

听觉是宝宝成长的第一个起点，有了听觉才能分辨出生活和大自然中的各种声音，有了听觉才能学习各种语言。所以听觉对于婴幼儿智能发展来说十分重要，父母一定要重视。

听觉是人类的第一项本能，刚出生的宝宝或许还看不清楚，但却能听到声音，所以父母可以利用这项本能，跟宝宝玩各种听觉的游戏，启发宝宝的智慧。

1.听觉能力

听觉能力的好坏，会进一步影响宝宝的理解能力，语言表达能力。听觉落后是语言学习障碍的主要原因。听觉能力包括听音辨位、绝对辨音、听音排序。

（1）听音辨位

妈妈在怀孕6个月的时候，宝宝就已经具备听觉功能了，胎宝宝在妈妈的肚子里能听到外面下雨的声音，汽车喇叭的声音，还有父母说话的声

音，那么宝宝出生以后，3个月大的宝宝就已经能够寻找声源了—这是一项很重要的智能活动。

人对声源判断的依据有两点：第一，声音从一只耳朵传入另一只耳朵的时间差，以此来寻找发出声音的方向或位置；第二，声音对两耳造成的强度差。

因此，要经常在家里制造一些声响，引导宝宝寻找音的来源。

（2）绝对辨音

拥有绝对辨音能力的人平均智商比普通人高三个百分点。绝对辨音的能力要抓好宝宝3～4个月到5岁这个关键期。

4个月左右的宝宝是训练绝对辨音能力的黄金时期，这时训练得好，对日后学外语、音乐都有很大的帮助，有绝对辨音能力的宝宝，即使对差异很小的两个音也能分辨出来。据最新研究表明：绝对辨音能力从3～4个月开始敞开，3～4岁时达到高峰期，5.5岁以后逐渐关闭，6岁以后很难再开发出来。所以要让宝宝尽可能听到更广泛的声音，如不同乐器的演奏，不同地方的方言（粤语、闽南话等）还有各个国家的歌谣（德语、俄语、西班牙语等），要有意识地让宝宝的听觉处于接受状态，以提高宝宝的听敏度，很多宝宝长大以后外语学习吃力，其原因之一就是即听敏度不够，不能有效掌握每一个音的声调、特质。



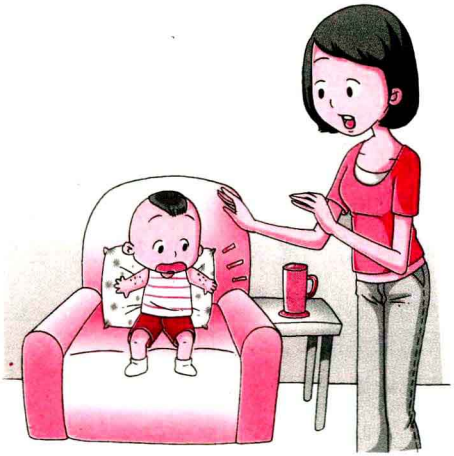
（3）听音排序

听音排序可有效地训练宝宝听觉记忆和专注力，可以用耳聪目明包训练，它里面有两张光盘和120种与光盘相对应的图片，光盘里录制了大自然120种声音，有刮风的声音，有打雷的声音，炒

菜的声音，吸酸奶的声音，拉锯的声音……可以5种声音一组，先让宝宝说出来，再让宝宝根据声音按照听的顺序找出对应的图片，然后再让宝宝用动作依照听的顺序模仿出来，这是听动协调的训练，可以很好地提高听觉专注力。

2.听觉能力发展进程

宝宝听觉发展有一定的进程。由于听觉是宝宝出生时的本能，所以宝宝天生对声音的感受力就特别强，以下为宝宝听觉发展的进程：



0～6个月：已经对声音有初步的辨识能力，如太大的声音会对宝宝造成惊吓，或者宝宝会找声音来源。

6～12个月：对声音有理解能力，可以分辨各种声音的不同，尤其可以听出妈妈的声音，这时叫宝宝的名字他多半会有反应；另外宝宝饿的时候，妈妈摇奶瓶的声音，也会令宝宝很兴奋。

1～1.5岁：这是宝宝语言发展的关键时期，宝宝会按照父母的指令做动作，还会模仿父母发出的声音，如拍拍手、坐下等，这时宝宝已经能跟父母有互动及回应，并且会跟从指令。

1.5～2岁：宝宝这时多半已经会讲单字，用字卡、图卡引导，他们已经认得出其中的字及会发单音，并且学习意愿很强。

2岁以后：这时的宝宝说话已经可以连成句子了，有时会增加语言，将

自己的意见表达出来。

如果宝宝到2岁后还不会讲连续的语言，这可能是由于父母对宝宝的听觉刺激不够，也可能是平常视觉刺激接受得太多，以至于听觉发展有障碍。

父母的声音很重要，妈妈平常可以发出各种不同的声音，让宝宝辨认其中的情绪；还可以用音乐来引导宝宝，因为宝宝对音乐感受能力可能比父母强。可以固定在宝宝用餐或睡觉时放音乐，让宝宝知道现在应该做什么。宝宝会用耳朵接受各方面的声音，他们接受这个世界的第一步就是用耳朵，这会带给他们很多的快乐，也会让他们认为这个世界很丰富。

了解宝宝听觉发展的进程后，父母就可以在各个时期对宝宝进行训练了。

3.听觉能力训练

宝宝在有了听觉之后，他就要不停地听，只要落在他的听觉范围内，他便收入耳内产生听觉，传入大脑，留下痕迹，一直到入睡为止。听觉不仅能使宝宝辨认周围环境中的多种声音，而且凭此能掌握人类的语言，婴幼儿期是宝宝语言发展最迅速的时期，因此，听觉的发展在这个时期具有更重要的意义。

宝宝的听觉感受性有巨大的个别差异，有的宝宝感受性高些，有的则低些，但这种个别差异不是一成不变的，实际上，宝宝的听觉也是在生活条件和教育影响下不断发展的。

(1) 给宝宝一个自然的有声世界

现实生活中，充满着各种各样的声音，人说话的声音、飞机飞过的声音、开门关门的声音、电视的声音、风声、水声等。父母要让宝宝有机会常常听到这些声音，学习适应外界的环境。所以，除非是太过嘈杂的噪声，否则不需要刻意隔离宝宝。像外面工程车施工的声音，连父母都会受不了，自然宝宝听了也会不舒服，这样的环境就不适合宝宝。

(2) 为宝宝打造丰富的声音环境

除了生活中自然发生的声音以外，父母还可以为宝宝创造一个充满动人声音的环境。例如，播放柔和的音乐，让美妙声音自然流淌在空气中，这不仅有刺激宝宝听觉的作用，同时也可以使宝宝保持愉快的情绪。另外，会发出声音的玩具也很适合宝宝，像音乐盒、铃鼓、压了会叫的小球或橡胶娃娃，都会让宝宝转头注视，甚至想伸手去抓，这种玩具对宝宝听觉、视觉的发展都有助益。当然，最重要的一项，就是父母的声音，即使宝宝还无法响应，却可以听得到。父母多对宝宝说话、唱歌给他听、对他笑、陪他玩，所产生的效果，不只是促进听觉而已，对宝宝将来语言的学习以及亲子间亲密感情的建立，也会有相当大的帮助。

(3) 听觉训练游戏

父母在与宝宝做听觉游戏时，一定要注意观察宝宝的表情，尽量抓紧在宝宝精神好、注意力集中的时候进行。如果发现宝宝已经分心，注意力转到别的东西上去时，应当赶快停止游戏，改换其他的活动，以确保游戏的有效性。

①慈母细语。

目的：母子亲密接触，加强亲子交流，促进宝宝早期听力发展。

方式：刚出生的宝宝就有听觉，尤其是对母亲的声音更为敏感。在宝宝醒的时候，将宝宝轻轻地抱起来，跟他面对面，温柔地、亲切地、细声地跟他讲话，内容可以十分广泛，说父母对他的爱、父母对他健康的关怀、大家对他的喜欢、他给父母带来的喜悦以及父母认为快乐、幸福的一切内容。在对宝宝说话时，动作要轻柔、话语要亲切，要盯着宝宝的脸，脸上充满笑容。

随着宝宝年龄增长，这个游戏依然可以继续，妈妈可以给宝宝念儿歌、讲故事，不断丰富宝宝的听觉内容和知识内容。

②铃儿叮当。

目的：让声音与宝宝动作联系在一起。

方式：将小铃铛系在宝宝的小手、小脚上。当宝宝移动手脚时，铃

铛就会随之发出响声。时间一长，宝宝发现自己只要一动手脚就会有铃铛响，宝宝活动的兴趣就会提高，并会逐步学习用自己的力量去控制一些事物。

③寻找声源。

目的：引导宝宝寻找声源，培养宝宝大脑整体功能。

方式：以宝宝为中心，开始在离开他2米的地方，摇动手中的铃铛，父母每走到一边的位置时，就叫一下宝宝的名字，引导宝宝寻找声音来源，并熟悉自己的姓名。

④自然之声。

目的：让宝宝了解自然界丰富的声音。

方式：节假日带宝宝到公园或野外，让他接触大自然，聆听大自然丰富的声音，如风声、水声、虫鸣、鸟叫、狮吼、虎啸；购买或自己制作一些自然声响的录音带或CD盘，有空时放给宝宝听。



⑤歌谣故事。

目的：培养宝宝的母语水平。

方式：在市场上选择发言准确、内容生动、启智益教的童话故事、宝宝歌谣录音带或CD盘，回家放给宝宝听。宝宝小的时候，先只是听；宝宝大一些后，可边听边学；再大一些可结合故事或歌谣进行舞蹈等表演。

⑥名曲欣赏。

目的：让宝宝感受音乐的美妙，培养宝宝的高雅兴趣。

方式：选择不同类型的世界名曲，例如：小夜曲、圆舞曲、进行曲、交响乐等，经常放给宝宝听。

欣赏方式有两种，一是作为环境音乐，不论宝宝是否睡觉还是醒着都可播放，但要选择轻柔舒缓的曲目，如小夜曲、轻音乐类，音量要小；二是作为专门欣赏，在宝宝醒的时候，专门放给宝宝听，各类曲目均可，音量也可大一些，但每天次数不宜多，每次时间也不宜长。

在放给宝宝听之前，父母应先将名曲录音带或盘CD买回来，预先欣赏一番，并对作曲家的生平背景、乐曲特色等作一番了解，然后再引导宝宝去欣赏。

⑦外语学习。

目的：训练宝宝的外语听力，为今后学习外语创造良好的条件。

方式：从市场上选择标准正规的宝宝外语学习录音带或CD盘，内容以生活中简单会话为主，有空就放给宝宝听，每次3～5分钟，随着宝宝年龄增长，播放时间也可适当延长。父母如有一定的外语基础，可将内容翻译给宝宝听或做些表演，以提升宝宝的兴趣。另外，也可选购外语童谣，与其他内容的光盘作为环境音乐交替重复播放，对宝宝进行潜意识培养。

⑧听觉测试。

目的：训练宝宝对声音的判断力。

方式：找出一些可以发出声响的小物品，让宝宝转过身去或蒙上眼睛，父母把这些小物品弄出声响，让宝宝来猜。

听觉测试游戏可分为不同阶段：

初始阶段：父母选择5种以下的小物品，先当着宝宝的面将这些物品弄出声响给宝宝听。然后，让宝宝转过身或蒙上眼，父母再弄出声响让宝宝猜。

第二阶段：当宝宝能够较熟练地猜出这些声响后，父母可逐渐增加小

物品的数量，方法与初始阶段相同，先看听，后猜听。

第三阶段：父母不再先当着宝宝的面弄出小物品响声，而是直接让宝宝转过身去一边听一边猜。



第四阶段：父母先准备许多小易拉罐，里面装上各种物品，如小石头、小钥匙、细沙粒、水等，每种两罐，父母先摇动一罐，让宝宝试摇其他的罐子，找出声音相同的来。

第五阶段：父母录制一些日常生活中经常出现的物品声音，如雨声、雷电、汽车、动物叫，每一种声音再准备一张相对应的图片。让宝宝一边听录音，一边找出对应的图片。

二、语言能力

语言是一切事物和思想的衣裳；语言是人类所特有的社会现象，是人类社会交际的工具。婴儿语言能力发展的快慢，从某种程度上决定了他的心智的发展，因为讲话的能力是人类在婴儿期的重要能力之一。

1.语言和言语含义不同

语言和言语是两个既有区别又有联系的概念。语言是以语音、字形为物质外壳，以词汇为建筑材料，以语法为结构规律而构成的体系。如中国人的语言主要是汉语。言语是人们运用语言进行的交际活动的过程，也就是说人们说出的话和听到的话，是在社会交往中运用语言的过程。

2.语言能力发展阶段

语言是人生存在世上与人交流沟通施展自己才能的重要工具。但丁说："语言作为工具，对于我们之重要，正如骏马对于骑士的重要。最好的骏马适合于最好的骑士，最好的语言适合于最好的思想。"宝宝的语言能力发展阶段如下：

简单发音阶段（0～3个月）：发音以元音为主，主要是喉音。

连续音阶段（4～8个月）：声母及连续音明显增多，喜欢重复，从而得以巩固。

准备学话阶段（9～12个月）理解语言及发音出现飞跃，语调出现变化，开始主动模仿发音。

单词句阶段（1～1.5岁）：语言表达真正开始。从会说一两个字词到100多个，简单句增多。

简单句阶段（1.5～2岁）：此阶段为语言快速发展期。宝宝可逐渐用语言表达自己的愿望、要求，并会回答简单问题，能说简单词句和重复句。

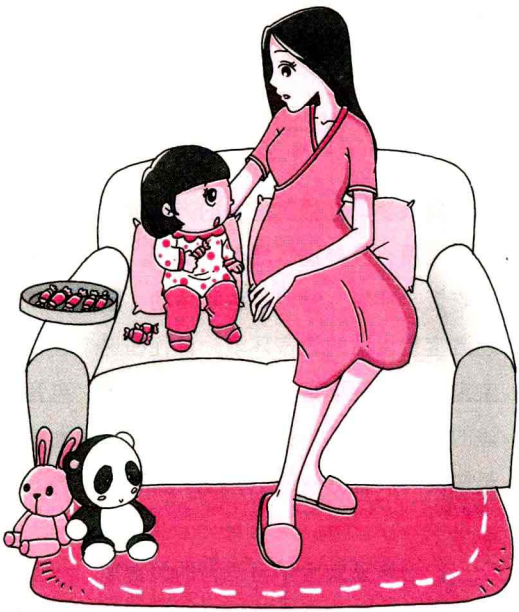
复合句萌发阶段（2～3岁）：词汇增加很多，2岁时可拥有300～500个词汇，3岁则达到近千个。

完整句阶段（3岁以后）：说话较完整，语言开始连贯，能与他人对话。

内部语言产生阶段（4岁以后）：内部语言就是在思考问题时不出声，是高一层语言的表现。

3.影响宝宝语言发展的因素

影响宝宝语言发展的因素，大致为硬体及软体两部分。所谓的硬体是指宝宝身体的健康状况。健康情形良好的宝宝，语言发展较好，反之，体弱多病的宝宝，其语言发展能力会受到影响而变慢，如智能不足、先天性器官缺损、脑性麻痹等患童，必须以特殊的渠道，帮助他们发展语言能力。软体则是指外在的学习环境，家庭关系良好、互动语言较多的宝宝，语言发展较好。



4.语言与思维的关系

语言现象是一个完整的信息输入、处理和输出的过程。人们在“听”的过程中，语言仅仅是以声音的形式存在，并作为第一信号刺激作用于人

的听觉器官，它只是一种输入的信号，其本身并无其他任何意义。人们在“听懂”即理解语言时，它才成为真正意义上的语言，作为第二信号刺激作用于大脑听觉语言中枢。而“说”是人在思维的基础上把自己想要表达的意思通过发音器官输出，同时在不断调整自己思维的过程中，语言和思维是相互依存的。宝宝在游戏过程中自言自语便是宝宝通过外部语言来进行思维的具体表现。父母在培养宝宝语言能力的过程中，要注意把语言的音形外壳与其本身的语义结合起来，否则“鹦鹉学舌”似的训练方式不但不能促进宝宝思维的发展，时间久了还会使宝宝产生厌学情绪。

5.如何训练宝宝的语言能力

发展婴幼儿语言能力的方法很多，父母可根据宝宝的实际情况，有选择地采用，及早进行培养和训练。父母要充满爱心和期待，充分利用生活中吃饭、穿衣、游戏等各种活动，随时去和宝宝交流沟通，有意识地创造刺激宝宝说话的语言环境。记住在这个过程中，父母的眼睛一定要注视着宝宝，表情要丰富、肢体语言要活泼，声音柔软温和，语调缓慢夸张，传递的不只是词汇，更重要的是刺激宝宝大脑语言中枢的发育。不论宝宝成长快慢，相信爱心定会开启智慧的大门。

(1) 把握培养语言能力的关键期

2～4岁是宝宝学习语言的关键期，一旦错过了关键期，就会成为心理上的某种缺陷，带来无法挽回的后果。所以，父母要抓住和把握宝宝学习语言的关键期去培养宝宝的语言能力，发展宝宝的智力。

(2) 要有目的、有计划地培养训练

许多家庭在对宝宝进行语言能力培养和训练时，往往缺乏计划性、目的性、系统性和持久性。一些父母在宝宝咿呀学语时，往往出于自己的兴趣或逗宝宝玩的目的教宝宝说话，而到宝宝2～3岁时，错误地认为宝宝大了自然会说话而撒手不管了，以致错过了宝宝语言发展的关键期，贻误了对宝宝进行早期教育的最佳期。因此，父母要注意有目的、有计划地培养

和训练宝宝的语言能力，不可拔苗助长，急于求成，也不可不闻不问。

（3）创造良好的语言学习环境

宝宝的语言能力发展在很大程度上依赖于家庭环境。家庭成员的语言水平、文化修养、家庭藏书情况、父母对宝宝教育的兴趣等，都对宝宝的语言能力发展有很大的影响。

家庭成员如果说话粗俗、词汇贫乏，必然会从负面影响宝宝。特别是和宝宝接触最多的父母，一定要注意提高文化素养，注意语言美，使自己的每一句话都能成为宝宝模仿的典型。父母要注意为宝宝创造一个讲普通话的环境，用规范化的语言来教宝宝。父母说话时要自己发音正确，注意词汇丰富，语言精练通达，符合语法规范，重视用标准的语言训练宝宝，加快宝宝的学话进程。

（4）和宝宝说话

和宝宝说话是培养宝宝语言能力的重要手段。父母与宝宝说话时，要特别注意讲究说话的艺术，为宝宝语言能力的发展提供条件。和宝宝说话要比较慢，口齿清楚，声调温和亲切。不可用严厉的声调对宝宝说话，也不要恐吓宝宝，更不要在宝宝面前讲他人的坏话。父母对宝宝说话，要多用积极鼓励性的语言，少用消极



的、禁止性语言；多用提问的方式跟宝宝说话，少用命令的方式叫宝宝去做事。语言对宝宝的行为有强化作用，对好的行为，父母要多讲、多鼓励。凡是不好的行为，要尽量避免去强化它，最好是少议论，或是从其他角度，从积极方面去讲。

(5) 注意防止宝宝口吃

宝宝在2～3岁时容易发生口吃。父母要注意不要讥笑宝宝说话，或让他与别的很善辩的宝宝在一起议论问题，或是与宝宝抢着说话，使他想说话因没有机会而心急，说话结巴，造成口吃。父母还要禁止宝宝因出于好奇而去模仿口吃的父母或别的孩子说话。发现宝宝口吃时，切忌厉声责备，否则宝宝受到刺激后着急，又会张不开口，说话结结巴巴。父母应该鼓励宝宝慢慢讲，把话说清楚，或者是换一句话，改变他的语言习惯，诱使他动脑筋去想好了再说。也可加强对宝宝的口语训练，教宝宝唱歌、讲故事，采取多种方式锻炼宝宝说话。

(6) 教宝宝指认人与物

父母是最先教宝宝指认的家庭成员，比如教他指着说："妈妈""爸爸""宝宝"，让他在具体的人与"妈妈""爸爸""宝宝"的词汇之间建立联系。然后再从指点东西开始教，比如宝宝对某件东西感兴趣，你就用手指点着告诉他这是什么，并教他指着那个东西说出物品名称。

(7) 教宝宝打招呼

比如：拍手是欢迎，挥手是再见。父母可以跟宝宝用玩具做游戏，教他和娃娃、毛绒兔、玩具熊打招呼，手把手地教他拍手、挥手，再拿着娃娃当木偶对他边做动作边说"欢迎""拜拜"。当宝宝学会这些动作后，遇到其他人在父母的提示下，他就可以自觉地打招呼了。这也算是最初的人与人之间的交往吧。

(8) 教宝宝用动词表示需要

宝宝刚学会一些简单的名词后，常常用名词表示动作或需要。比如：他要喝奶就指着奶瓶说："奶，奶。"他要拿球就指着皮球说："球，球。"这时，你不要急着把奶瓶或皮球给他，而是告诉他"喝""拿"的

发音并用动作演示，让他跟着模仿体会这个语音与动作的联系。

(9) 做表情游戏教形容词

表情游戏是亲子间最常见的交流方式。妈妈抱着宝宝，或与宝宝面对面坐着，然后用笑脸说："宝宝高兴，乐一个。"宝宝就会拍着小手乐。妈妈说："生气。"宝宝会撅起小嘴。妈妈说："伤心。"宝宝咧开嘴装哭。妈妈要耐心地把这些词交给宝宝，再和宝宝轮流一边说一边做表情。这些双音节的词学起来有难度，宝宝暂时学不好没关系，只要能体会到词的意思就可以了。

(10) 鼓励宝宝发出主动语言

父母应有意设置一些交流情景，比如，当宝宝想吃糖时，把糖盒给他，他的小手自然是打不开的。他会着急地拍打盒子。此时他想要糖，"啊啊"迫切地表示。你张大嘴示范说"开"，等到他说出"开"时，再打开盒子。再如，把宝宝喜欢的娃娃放在书柜里，他看得见，就是拿不到。他会牵着你的手，让你给他拿。你不要马上给他，而是教他说"要"，并让他模仿你说话。

(11)说说说，不停地说

注意！这可不是鼓励父母成为絮絮叨叨的唐僧。父母需要做的是把日常生活中发生的每一件事情，通过清晰准确、生动形象的表达告诉给宝宝。当宝宝坐在澡盆里洗澡的时候，父母可以不停地对宝宝讲："小肚皮上是不是觉得温温的？""你听，洗澡水溅在澡盆



上‘噗—噗—’的声音……”“好了现在该出水了。看看小手指的指肚，泡在水里的时间长了，都起了小皱褶。”总之，要运用你的经验和所有感官，帮助宝宝增加体验，并且学会如何描述。

(12)书籍是人类进步的阶梯

读书，从多早开始都不算早。而宝宝从小养成的阅读习惯，将在很大程度上影响他今后的学习习惯。所以，只要有可能，从宝宝很小就开始带着他一起读书吧。你们可以先从一张、两张卡片开始，然后过渡到配有很多插图的彩绘本，最终慢慢进入以文字为主的阅读。

(13)一起听歌、唱歌

歌曲是宝宝们接受和掌握语言的最佳形式，他们在学会旋律的同时，自然而然就记住了歌词。所以，父母可每天安排一些时间，和宝宝一起听歌、唱歌。唱的过程中，你可以配合上相应的手势，帮助宝宝理解歌词的意思。

(14)不要小看讲故事

经典的宝宝故事，不但能够教给宝宝勇敢、诚实、勤劳和关爱，同时也是非常好的语言学习课堂。而且，对于不是非常善于言辞的父母来说，讲故事是教给宝宝良好表达方式的捷径之一。不过，父母还是要提前做一些功课的。首先，要挑选那些比较精致的译本，无论翻译还是插图，都应该和一流的故事内容相般配。其次，自己先浏览一遍，不要边讲边看，那样会严重破坏宝宝的收听兴趣和故事的价值。最后，如果故事内容里面有你不认可的部分，可以进行适当改编。

(15) 迎合宝宝的兴趣

不要主观地按照你的喜好，给宝宝安排阅读内容。平时要多观察宝宝的兴趣点，抓住“要害”，才能强化效果。同样是看书，如果宝宝对于故事情节没有兴趣，而是纠缠于画面上的七星瓢虫的话，你不妨就把话题转到这种小昆虫上。总之，有兴趣才有效果，做父母的需要见机行事，灵活处理。

(16)不要指责宝宝的发音

宝宝在学习语言的过程中，肯定有吐字不清晰，甚至混合了其他口音

和错误发音的地方。这个时候不要模仿他、更不要嘲笑他，父母只要用正确的发音重复一遍他的话就可以了。敏感又聪慧的小家伙并不需要很长时间，就可以在父母若无其事的影响下，学习到正确的吐字发音。

(17)有节制地使用电视和教育软件

父母不要因为宝宝能够重复某个电视广告词而心花怒放，其实这是对宝宝强大的语言模仿能力的一种浪费。2岁以内的宝宝是不应该看电视的，而2岁以后，也仅限于每天40分钟以内的教学片。因为电视里充斥了大量的不规范语言，而且无论是电视节目还是电脑学习软件，都很难做到与宝宝之间的交互表达，所以它们对于提高宝宝的语言表达能力，具有一定的局限。

(18)指导宝宝正确发音、说单词、讲话

学会正确发音是宝宝学说话的一个基础，发音不清楚或不会说，宝宝就很难学会说话。从宝宝咿呀学语开始，父母就要有意识的对他讲些话，让他听语言发出的声音。当宝宝学会时，父母一定要及时给宝宝表扬，如果不对要立刻纠正，宝宝在学话阶段特别善于模仿，父母一定要给宝宝做正确的示范，不要心急，要坚持训练，要注意字词的过渡。不仅要教宝宝说话，还要教宝宝



学会表达自己的情感。要注意动作和语言的统一，把周围的物品联系在一起让宝宝在生活中学习语言，慢慢进步。

(19)培育宝宝集中注意力听话、说话的习惯

在指导宝宝说话的同时，要注意培育宝宝集中注意力听话和说话的习惯，这种习惯养成会使宝宝终生受益，能增强宝宝的社交能力。在讲话过程中要注意观察宝宝的态度是集中注意力，还是心不在焉，并及时进行引导，而且在此过程中，父母要有意识地选择一些宝宝喜欢的内容，使宝宝易于接受并引起兴趣。

(20) 培育宝宝运用语言进行交往的勇气和信心

交往不仅是指父母之间，宝宝自从呱呱落地就在无形中不知不觉和周围的人进行着交往。如果宝宝用语言交往的能力特别差，在交往中就可能会出现差错、笑话，他们知道害羞后就不好意思再讲话了。要是父母一直不关心宝宝的情况任其发展，很可能会使宝宝患上自闭症，无法和周围的人交流。

所以，在教育宝宝时，父母对宝宝好的表现要多给予肯定和鼓励，要注意当众赞扬宝宝的进步，以增强宝宝的自信。在宝宝做了一些不好的行为时，尽量不要当众批评宝宝，要保护宝宝的自尊心，并用适当的方式对宝宝进行训练，使他慢慢学会交往！

三、感知能力

感觉和知觉在心理学上合起来称为感知。感知就是人们通过感觉器官对各种事物的直接认识。感知虽说是初级的心理过程，但对宝宝的心理发展却是重要的基础，具有十分重要的作用。

随着宝宝的成长，注意力集中的时间也加长了，但目的性和感知性仍较差，容易被无关的事物所吸引。父母可以和宝宝一起进行一些有目的、有计划、较持久的感知活动，锻炼宝宝对事物的专注及感知能力。父母可

以利用简单的触摸，讲故事，发问，或一些需要技巧性的游戏等，寓教于乐，培养宝宝的感知能力，为宝宝建立事物抽象的联想能力。

（1）让宝宝多多接触事物

宝宝开始迈步走路了，他的视野突然开阔了。好奇而又好动的本性，使他非常喜欢摆弄东西。父母要因势利导，让他摆弄各式各样的东西。这对宝宝积累经验，增长智力很有好处。宝宝长到3～4岁，独立性增强了，活动范围也随之扩大了，父母在这个时候应有意识地让他在游戏、学习、劳动中感知更多的事物。如认识各种蔬菜，区别各种交通工具，辨别不同颜色，区分不同气味，等等。宝宝再大一点，应引导宝宝去观赏大自然。大自然是增长宝宝知识的最好老师，可以让宝宝在绚丽多姿、万紫千红的自然风景中大饱眼福，任其玩耍。这样，不仅可以增长宝宝的见识，更重要的是可以发展他的感知能力。

（2）发挥语言的促进作用

通过语言的作用，可以使宝宝更好地理解所感知的事物，对事物的感知也会越来越细致、精确、迅速、完整，从而大大提高感知能力。



宝宝在观察事物时，父母应给予说明讲解，这样，既可以培养发展宝宝的语言，又可以促进感知能力的发展。例如，看到一个事物，就要帮助宝宝命名，可以借助于词区分

近似的东西，如马、骡、驴；也可以帮助宝宝借助于词认识事物的共同特点，如麻雀、燕子、鸽子等都有羽毛、有翅膀、会飞等；还可以帮助宝宝借助于词概括地认识事物，如吃过酸葡萄，再见到山楂，父母只要一说像葡萄一样酸，宝宝不尝也知道山楂是酸的了。

(3) 使感知服从既定任务

宝宝随着言语能力的发展，自我意识也渐渐发展起来。父母可以使宝宝的感知逐渐服从于一定的任务，也就是让宝宝按一定的要求去观察，以便提高感知的自制性，培养更高一级的感知能力—观察力。

(4) 视觉功能的训练

视觉功能训练主要是训练宝宝的视觉集中能力，对物体的追视能力，对物体形状、大小、颜色的辨别能力，对声音距离准确估量的能力和眼手协调能力。

首先训练宝宝的视觉集中的能力和对事物的追视能力。这种能力要从新生儿时就开始训练。可在距新生儿眼睛约60厘米的地方悬挂一些色彩明艳的物体，并注意定时调整方位，训练宝宝把目光集中在某一物体上的能力。训练追视能力可用颜色鲜艳、有声音、能运动的物体吸引宝宝的注意，训练他用目光追视物体并随物体的移动而移动，也可跟宝宝玩藏“猫”的游戏，即父母用衣物或毛巾遮住脸，或是躲在他人身后，让宝宝追视寻找。

其次，训练区分颜色、形状和大小的能力。平时让宝宝多接触各种颜色，如有意识地让宝宝看各种颜色的图画、报纸及其他有颜色的物体。在宝宝接触各种色彩的过程中，父母用语言讲述各种色彩的名称，以语词强化宝宝对色彩的分辨能力。给宝宝某一玩具，或教他认识某一事物时，强调让他记住不同事物的颜色、形状、大小的特点，然后与别的事物加以比较，分析它们的差异等等。这样宝宝养成了习惯，积累了经验，感知能力自然会得到提高。

再次，训练宝宝准确的估量空间距离。宝宝判断物体距离远近的水平很低。常常可以见到宝宝发现一件距他很远、用手根本够不着的东西时，仍然

伸手抓的现象。这是由于宝宝不能准确估量物体空间距离的缘故。对此，父母应该注意为宝宝提供各种玩具或物体，让他能够触摸各种不同距离内的玩具，在实际生活中学习掌握物体之间的距离并且逐步准确化。

（5）感知能力训练游戏

①舀球。拿来一盘不同颜色的小球，一个小圆勺，还有一个小器皿，妈妈先和宝宝一起做这个动作，把小球从盘子里舀起，同时要和宝宝说话，来调动宝宝的积极性，“宝宝和妈妈一起把小球舀起来”；妈妈把着宝宝的小手，一起把舀起的小球放在小器皿上，“宝宝，要把小球放在小器皿的中央，这样小球就不会掉下去了”；然后让宝宝自己动手做，用手握着勺子来舀盘子里的小球，并提醒宝宝握住勺子，保持小球不掉下来；妈妈要提醒宝宝，注意舀起的小球，然后要看着小球，轻轻地把小球放在小器皿上面；妈妈可以开拓一下游戏的玩法，让宝宝从小器皿上，用勺子把小球舀回盘子里；妈妈可以针对小球的颜色提问，如问宝宝：“黄色的小球在哪里？”让宝宝自己用勺子从小球中舀出来，还要鼓励宝宝“宝宝真棒”“宝宝又找对了”。

②切蛋糕。妈妈拿来道具蛋糕，还有很多水果、奶酪。妈妈和宝宝一起把这些水果、奶酪都插到蛋糕上，妈妈可以引导宝宝先做什么，“宝宝，先把樱桃插到蛋糕上，宝宝真棒！”“宝宝再来插一个草莓



吧，宝宝做出的蛋糕一定非常好吃”，让宝宝把草莓插到蛋糕上；水果都认得出了，那接下来再来个奶酪，“宝宝，知道哪个是奶酪？”宝宝找来奶酪，妈妈来引导他把奶酪插在蛋糕上；蛋糕做好了，妈妈就可以和宝宝一起来切蛋糕。妈妈要握着宝宝的手和宝宝一起来切这个蛋糕，一边切一边数切的蛋糕数；然后让宝宝自己动手切蛋糕，并且引导宝宝把切好的蛋糕放到桌子的一角。

③小动物找家。拿来贴有小动物的像小屋子一样的玩具，摆在桌子上，把窗户上贴的不同的小动物取下来，让宝宝来帮小动物找自己的家。妈妈先和宝宝一起来帮小动物找家，先给小兔子找家，让宝宝在房子中找到贴有小兔子的房子；妈妈拿着小狗，让宝宝在桌子上找到小狗的家，并指出来哪个是小狗的家，然后让宝宝自己把小狗放到家里；妈妈可以把小狗放到熊猫的家里，把熊猫放在兔子的家里，小动物都不在自己的家里，让宝宝分别帮不同的小动物找到自己的家，并把小动物放回自己的家；宝宝找到小动物的家后，妈妈拿着动物的家，让宝宝来找小动物，并用手指指出来这个家是哪个小动物住的；帮小动物找好家后，再来对一下，以加深宝宝对游戏的印象，妈妈来说小动物的名字，让宝宝来指相应动物的家。看小动物是否都在自己的家里。

④泥土游戏。将泥土或沙土放置在大盆子或大塑胶布上面，宝宝必须能整个身体进入其中，并且全身各部分都能接触泥土和沙土，尤其是手。让宝宝用手做泥球或捏成各种形状，注意观察宝宝接触各种材料时的反应；如果宝宝还可以接受，不妨增加泥土及沙土的数量，使宝宝的身体接触面更大些；也可以改用其他接触物，如纸、树叶、涂料、米、豆等，强化宝宝触觉识别力，以促进其感觉。

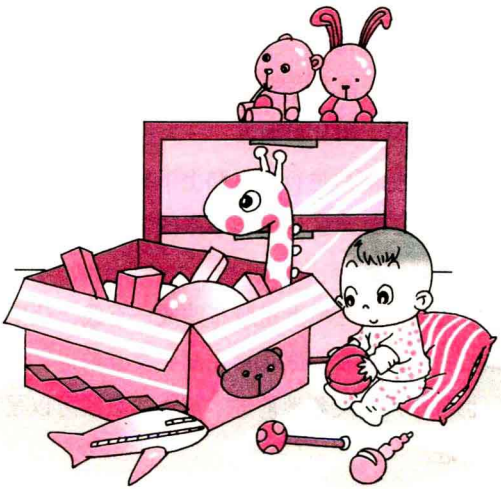
⑤用身体作画。将大画布或塑胶布铺在地上，涂料散在旁边，宝宝可以用跪坐、俯卧或者躺的方式，把这些涂料用手或身体在画布上自由涂画；也可以将画布挂在墙上，宝宝可以将涂料抹在身体或手上，再用手涂抹，或用身体撞擦在画廊上；触觉敏感的宝宝开始时会有些紧张，可以鼓励他们从手指开始，逐渐扩大至手腕、手臂、脚掌再到臀部和身体；自闭

儿常对某种颜色特别排斥或喜爱，不用紧张，让他们自发地进行调节，慢慢地，他们也会逐渐适应的。

⑥塑胶粒游戏。盆中放进塑胶粒、木屑或纸片，也可以用混杂的方式，让宝宝用手在其中翻动、抓推，要避免盒内的刺激硬物造成宝宝手指的疼痛，否则宝宝会产生排斥情绪。可以让宝宝双手伸入其中搅动，或用脚踏，或是臀部坐进去，父母要详细观察他身体各部位的反应；混合越多的东西，在游戏时会产生更多的声音，也能增强宝宝玩的兴趣；要注意强化手指灵活性的引导。

⑦抓痒痒。让宝宝躺在软垫上，父母在他的腋下、胸口搔痒，根据宝宝的反应来控制用力的大小及刺激的强度；了解宝宝敏感的部位，如果是一些他人常接触的部位，也需要很强刺激的话，则需改变和适应；可以边做游戏边跟宝宝说话或听音乐，安抚他的情绪，以调整触觉对他身体的影响。

⑧麻布刷身。父母用干麻布以中度力量刷宝宝的手臂、足部、胸部和背部；对反应敏感的宝宝不要太用力，要帮助他慢慢适应；对反应迟钝的宝宝则可用力些，以活化其神经的触觉接受；可以边做边讲故事或听音乐，使宝宝不至



于太紧张，并保持轻松快乐的气氛。

⑨冰袋游戏。用冰袋来“测试”一下宝宝的表面肌肤，看看他的反应如何。宝宝有时由于冰袋刺激太强，不愿别人碰他，宁可自己来做，这时，你不妨让他自己先试试看；可以换成热水或冷水，看看他的反应。

⑩梳头游戏。用梳子的尖端刺激宝宝的头皮，并且顺其势梳头；可以在示范一次后，让宝宝自己动手，这对手的精细动作发展和自身形象的了解都有帮助；而且可以“发现”宝宝特别敏感的部位。

⑪吹风机游戏。先告诉宝宝身体各部位的名称，再用凉风吹这些部位，问问他有什么感觉；换成热风，但注意不要灼痛宝宝，让宝宝讲讲各部位的感受；敏感的宝宝通常在脸部和头颈肌肉上会有强烈的反应，不要直吹这些部位；可以和宝宝边做游戏边听音乐，化解他的紧张感。

⑫戏水。让宝宝在浴盆中戏水。触觉很敏感的宝宝，一般都有怕水的倾向，但水的温度、力量强度变化大，如运用恰当，能较容易突破宝宝的心理障碍；可用莲蓬头喷射宝宝身体各部位，也可以让宝宝浸泡在浴池中；水的温度可用冷、温、热三种，让宝宝分别试一试。

⑬与毛巾共舞。将宝宝包在大毛巾里，采取俯卧姿势，由父母两人各拉毛巾一边，前后甩动；宝宝也可以采用仰卧姿势，增加不同的感觉和趣味性；如果宝宝觉得不舒服或害怕，应立刻中止。

⑭空中飞行。由父母两人，一人抓住宝宝的脚，一人抓住宝宝的手，将宝宝的身体抬高后进行左右和上下摇晃；宝宝可以分别用仰卧或俯卧的姿势进行游戏；注意宝宝肌肉紧张的情况，不宜勉强进行；如果宝宝感到不适，应立刻停止。

⑮直线运动。在地上用胶布贴成一直线，让宝宝双脚前后相接，先用左脚跟接右脚尖，右脚跟再接左脚尖交互前进，双手摊平，以保持身体的平衡；也可以用脚尖着地前进，前进的路线可以是直角转弯、斜角前进或圆弧形前进。

四、认知能力

认知能力主要是指认识事物的能力。婴幼儿的认知能力的发展是先天适应能力以及后天培养的能力相互交织的结果。随着宝宝年龄的增长，父母要有意识地培养宝宝的认知能力，训练宝宝的认知能力能够提高宝宝的算术能力、想象力、观察力以及对自然的辨识能力，为宝宝综合能力的发展打下基础。

（1）视力集中

可在宝宝的床的上方，挂一些使之感兴趣的能动的物体，如彩色的花环、气球等。每次一件，定时更换，最好是红色、绿色或能发出响声的玩具，触动这些玩具，能引起宝宝的兴趣，使他的视力集中到这些玩具上，每次几分钟，每日数次。也可在床栏的右侧挂上父母自画的黑白脸形，大小与人脸相仿，先画看似妈妈的脸形，让宝宝在觉醒时观看，父母可以用钟表记录宝宝集中观看的时间。新的图形一般会让宝宝注视7～13秒。当宝宝看到熟悉的一幅图画后，注视时间缩短到3～4秒，就应该换另一幅图。宝宝以时间反应来区分新图与旧图，表明宝宝具有分辨能力和记忆能力。所以，可用墨笔画女孩男孩的脸形、竖立形的条纹、倾斜形的条纹、葡



萄状、棋盘状、地图形状等供宝宝观看，一边说话一边逗笑以缓解疲劳，使这种视力分辨与视力记忆训练成为充满欢乐的活动。

(2) 视听定向

将各种能发声的玩具、八音盒、动物琴、响铃棒等，在宝宝的视线内弄出声音给他听，并缓慢、清晰、反复地告诉他名称，待其注意后，再慢慢移开，让他追逐声音寻找来源。父母要仔细观察宝宝对胎教录音和父母唱歌的兴趣，看他听到哪一段时表情安详、不哭闹，或者笑、手舞足蹈、表情兴奋，要让他反复听，观察他感兴趣的部分，并做记录。注意视听训练的声音不能太强、太刺耳，要柔和，否则会形成噪声，妨碍听觉的健康发展，甚至使宝宝不愿意再听。

(3) 嗅觉、味觉训练

胎儿在7个月时就具有闻气味的能力。宝宝在出生后对香味、酸味等相当敏感，你可以拿一些醋瓶盖让宝宝闻一闻，他会表示不喜欢；胎儿在5个月时，舌面的味蕾就对酸、甜、苦、辣、咸有了感知觉辨别能力，宝宝出生后应当创造条件，如抱宝宝到餐桌旁看父母吃饭，闻闻饭菜香味，用筷子头蘸点菜汤，让宝宝尝尝各种菜汤的味道。这些看起来很简单的事情，是日后宝宝心理健康和人格健全不可缺少的“感知觉”教育内容。

(4) 视线转移

在上述视听训练的基础上，可让宝宝觉醒时多看周围的人和物，并用两个人（或物）训练，让宝宝的视线从一个人（或物）转移到另一个人（或物）上，或者在他注视一个物体或人脸时，让其迅速移开，办法是用声音或动作吸引宝宝的视线转移。例如，妈妈在床右侧同宝宝讲话，爸爸突然出现在床左侧并且鼓掌，宝宝会马上将视线转移去看爸爸。也可将球从桌子一边滚到另一边，抱着宝宝观看，也可让宝宝观看快跑的汽车、会飞的鸟儿、会跑的猫，经常让宝宝到户外观察活动的物体，能增强其认知能力。

(5) 认识能力训练

①动肢体。用松紧带在床栏上吊响铃，另一头拴在宝宝的任意一个

手腕上。父母先动松紧带使响铃发出声音，开始宝宝会全身使劲摇动松紧带，使响铃发出响声，慢慢他就学会只动一个手腕将响铃摇响了。过1～2天，松紧带可以拴在宝宝任意一只脚踝上，宝宝经过多次尝试，也能让一个脚踝动就能使响铃发出声响，可见宝宝已能总结经验解决问题。但要注意，当父母离开宝宝床铺时，一定要解开拴住的松紧带，以免宝宝在活动时将绳子缠住肢体而妨碍血液循环。

②认生。有的宝宝看见陌生人，就要躲避，将脸转向妈妈怀中，害怕或者哭闹；怕医生、护士和保育人员，也害怕新来的保姆。所以妈妈如在6个月后要上班就应及早安排，早点请保姆或爷爷奶奶等来，让他们早些接触，慢慢与宝宝熟悉之后，他们才能在妈妈上班后照料宝宝。宝宝也害怕去陌生的地方，故接触陌生事物要由父母陪同，逐渐熟悉新的环境和新的事物。有些宝宝害怕大的形象玩具，妈妈要陪他一起玩，等他熟悉之后就会渐渐消除恐惧。

③看图认物识字。给宝宝看各种物品、识图片卡、识字卡，卡片最好是单一的图，图像要清晰，色彩要鲜艳，主要教宝宝指认动物、人物、物品等。第一次可用一个水果名，配上同样一张水果图，使宝宝理解图是代表物。认识几张图之后，可用一张图画，配上一个识字卡，使宝宝进一步理解字可以代表图和物。汉字可看成是一幅幅图像，所以，多数宝宝能先认汉字，后认识数字。初教数字时，每次只认一图或一物，继续复习3～4天，待宝宝在会说图名并能从几张图中找出相应的图，再开始教第二幅。学习的速度因人而异，不要和别的同龄宝宝攀比。认汉字要先从宝宝最喜欢的图入手，不必考虑笔画多少。认字与写字不同，认字是图形印象，只要宝



宝高兴，笔画再多也能认。

④指出图中有特点的部分。将宝宝带至动物园或用动物书，说出各种动物的特点，如小白兔的长耳朵，大象的长鼻子，娃娃的大眼睛等；父母除了告诉宝宝图中的物品名称之外，还要让宝宝注意事物的特点。复习几次以后，可以问“兔子有什么？”宝宝会指耳朵作答。内容每次不宜过多，从一个开始练习，时间1～2分钟，不宜太长，必须是宝宝感兴趣的东西，不能强迫宝宝指认。

⑤看书，翻书。父母应多给宝宝看图画书，用宝宝能理解的语言，讲一些简单的事物关系，让宝宝懂得什么是好，什么是不好，记住故事情节。父母和宝宝一起看书时可一边看一边问，你会发现宝宝有心领神会的能力，能用声音和表情回答。看书时要让宝宝自己翻书。

父母可购买一套适合宝宝的读物。每次翻开宝宝读物中的一页，把书中的主要事和物讲给宝宝听，然后把书合起来，再让宝宝找到那一页，开始要帮助他回忆要找的东西，并培养他从前往后，逐页地看书的习惯，再训练他独立查找。

⑥配对。将两个相同的玩具放在一起，再将完全相同的小图画卡片放在一起，让宝宝学习配对，在熟练的基础上，将两个相同的汉字卡片混入图卡片中，让宝宝学习认字和配对；也可以写阿拉伯数字1和0，然后混放在图卡片中，让宝宝通过配对认识1和0；配对的卡片上可画上圆形、方形和三角形，让宝宝作图形配对。

⑦认识交通工具。在日常生活中或带宝宝外出购物时，应抓住有利时机，让宝宝识别公共汽车、摩托车、救护车、出租车、自行车、三轮车等。再结合图片让宝宝认识火车、轮船、飞机等。有机会时，可带宝宝到火车站、机场及码头去迎接远方来的亲友，以扩大宝宝的见识。平时乘坐公共汽车要让宝宝认车号和车站名称。

⑧去动物园。不但让宝宝观察日常生活中的生物，懂得鱼在水中游，鸟在空中飞，狗在地上跑等，也要去动物园识别动物的名称和特点，以增长见识。

⑨介绍自己和家庭。慢慢教会宝宝能自己说清楚父母的姓名、工作单

位、做什么工作等；看自己的相册，讲述自己；看家庭相册，能介绍亲属关系及他们的职业。这些本领要分开逐样练习，学会一样，表扬一样。这样能让宝宝很有自信地记住自己和家庭的事，成为家庭的一员。

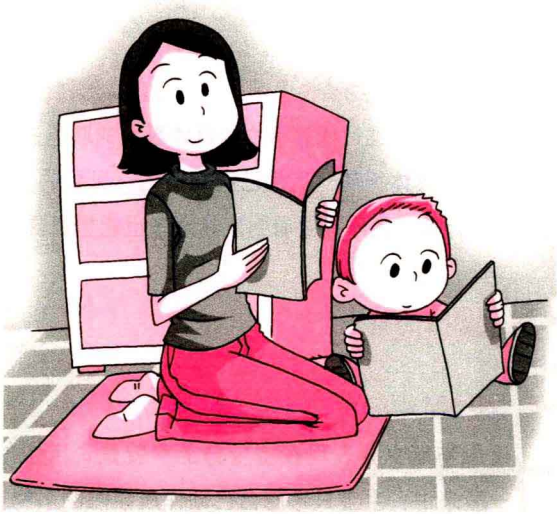
另外，也可以通过前文讲过的数数，分大小、分左右、分类别等游戏训练宝宝的认知能力。

五、思维能力

思维能力是宝宝智力活动的核心，也是智力结构的核心，而人的智力因素都是从婴幼儿时期开始发展的。要让宝宝更聪明，父母应从小就培养宝宝的思维能力。

1.什么是思维

思维是通常说的“思考”“想一想”“动动脑筋”，心理学一般把思维定义为：思维是人脑对客观事物间接和概括的认识过程，并且通过这种认识，可以把握事物的一般属性和本质属性。它是认识的高级形式。思维力是一个人进行思维的能力。思维力的



高低，反映了一个人智力活动水平的高低，它包括分析、综合、推理、演绎、判断及抽象等能力。

2.宝宝思维的发生和发展

思维是复杂的心理活动，在婴幼儿心理发展过程中出现得比较晚，是在感觉、知觉、记忆等心理过程的基础上形成的，与语言发生的时间相同。

宝宝基本上没有思维，只有对事物的感知、对事物之间联系的最初认识。一般认为宝宝在9～12个月产生思维的萌芽，有的宝宝可能更早一些。真正的思维发生的时间大约是在宝宝2岁左右，2岁以前是思维发生的准备时期，3岁以后是思维开始发展的时期。宝宝思维的发展顺序如下：

（1）0～3岁在动作中思维—直观动作思维占主导地位

这个阶段的宝宝是以直观的、行动的方式来进行思维，是在对事物直接感知以及实际行动中进行的。例如，宝宝看见玩具汽车，就玩坐汽车的游戏，如果看不见玩具汽车，宝宝就想不起要玩坐汽车的游戏。2～3岁的宝宝表现得最为突出。

当宝宝会说话后，语言和外界的具体形象存储在大脑里，宝宝凭借这些获得初步的具体形象思维。

（2）4岁开始由直观动作思维向具体形象思维过渡

具体形象思维是依靠事物的具体形象的联想进行的。4岁左右的宝宝已经能够摆脱具体行动，运用已经知道的、见到的、听到的、感觉到的来思考问题。比如，他不需要看到玩具汽车也能想到要玩坐汽车的游戏。

3.宝宝思维的特点

（1）动作性

这个特点主要表现在宝宝身上，就是说宝宝的思维是在动作中进行的。一般来讲，宝宝只考虑自己动作所接触的事物，只能在动作中思考，

而不能在动作之外进行，更不能考虑自己的动作，计划自己的动作，以及预见动作的后果。一旦动作停止，思维活动也就结束了。

(2) 兴趣性

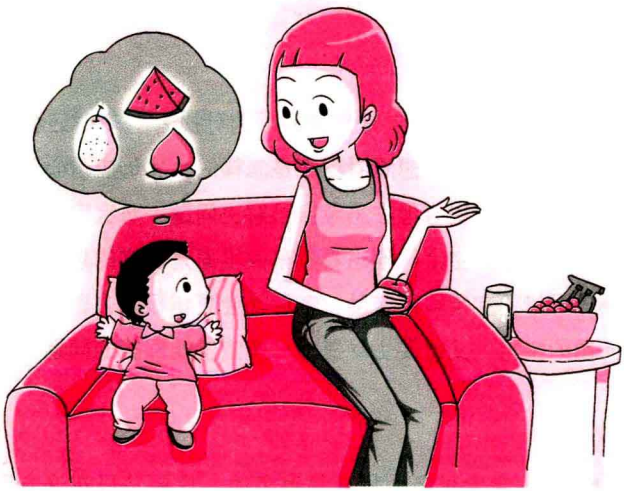
宝宝对于感兴趣的事物进行思维时，往往是思维最活跃的时候；而对于他们一点儿也不感兴趣的事物，宝宝是不会动脑筋思考的，思维的积极性很难调动起来。

(3) 简易性

宝宝在思考问题时，做不到综合考虑，往往忽略各个方面的因素对这个问题的影响，而只是简单地凭以前自己的思维经验来“套用”。结果常常作出不正确的判断，得出不正确的结论。

(4) 拟人性

宝宝往往把动物和一些物体当做人，把自己的行动经验和思想感情加在它们身上，与它们进行交谈。比如宝宝看见毛绒小狗从桌上掉下来，会说“小狗摔疼了，它会哭的”，还有给布娃娃喂饭、喝水等。这都是拟人性思维的表现。



(5) 形象性

宝宝主要依靠事物在头脑中的形象来思维。

(6) 具体性

宝宝能够掌握代表具体东西的概念，不易掌握抽象概念。比如：宝宝认识苹果、玩具

熊，而无法理解诸如时间之类的概念。

不是所有的宝宝在各种场合下都具备上述特点，宝宝的思维发展水平因所处的各种条件不同而有一定差异。

4.思维能力训练

智力开发的核心是思维的培育。因此，拓展宝宝的思维能力非常重要。

(1) 丰富宝宝生活的环境

具体做法在前文中已有介绍，在此不在叙述。

(2) 引导宝宝提高语言能力

语言是表达思维的工具。有了词语才能对事物进行概括和间接的反映。通过语言中的词语和语法规则，宝宝才能脱离具体动作和具体形象，进行抽象逻辑思维。语言的发展对思维能力的提高能起很大的作用。

从宝宝咿呀学语开始，就要帮助他正确发音。父母对宝宝说话时不要说儿语，如饼干不必说饼饼，小狗不要说狗狗。要让他听惯和记住日常生活中准确的常用词，要有计划地丰富宝宝的语言词汇，帮助他用正确的语言表达思想。

(3) 鼓励宝宝积极思维

好动、好问是宝宝的天性。宝宝常常会问“为什么？”有时还会将玩具或家里的用具、摆设拆开来，想看看里面是怎样的？父母应耐心听宝宝的提问，帮宝宝解决问题或引导他去思考自己解决问题，对宝宝拆坏了东西也不过分责备，可以告诉宝宝，他想看看东西里面是怎样的想法是好的，但好东西拆坏了可惜。宝宝得到鼓励，今后就会更积极地去思考各种问题。对不爱提问题的宝宝，父母要主动提出一些宝宝能回答的问题，引导他去思考。

(4) 锻炼宝宝思考

在家庭生活中，锻炼宝宝思考的机会是很多的，只要父母在这方面

做有心人，善于引导宝宝去思考就会获得成果。玩玩具、做游戏、猜谜语、养小动物、养花以及参加家务劳动等，都可以使宝宝积极动脑筋去进行分析、比较，判断、推理等一系列逻辑思维活动，从而促进思维能力的发展。例如搭积木、拼六面图、拼七巧板等，都要动脑筋找出规律才能完成。有些智力游戏，不仅要动脑筋还要比速度才能取胜。

(5) 教给宝宝正确的思维方法

思维的特征是概括性、间接性和逻辑性，宝宝随着年龄的增长，有了较多的感性知识和生活经验，语言发展也达到较高水平，为思维发展提供了条件。但还要掌握正确的思维方法，才能更好地利用这些条件，所以，父母要引导宝宝，遇到问题如何通过分析、综合、比较和概括，作出逻辑的判断、推理并解决问题，宝宝一旦掌握了正确的思维方法，就如插上了思维发展的翅膀，抽象思维能力就能得到迅速发展和提高。

(6) 训练宝宝找出事物之间的共同点，对事物进行分类

宝宝对概念的认识是具体的、动作的，而不是抽象的，所以对于婴幼儿期的宝宝，就可以训练其分类能力和概括能力。比如把雪花和牛奶等归为白色类，把西红柿、红旗等归为红色类等。通过这类抽象思维活动，宝宝能够从中提取有关颜色的抽象概念。



(7) 逆向思维训练

4岁左右，宝宝由直觉行动思维阶段过渡到具体形象阶段，这个阶段的

宝宝能根据事物的特征对它进行概括，还会运用分析、比较等思维形式，对事物作出判断和推理。但是，他们的思维往往具有单向性特征。比如，把小杯子中的水全部换到另外的一个大杯子中时，宝宝就意识不到还是相同量的水。

由此可见，父母有必要对这个年龄阶段的宝宝进行一些训练，让宝宝学会多角度地看待问题，逆向思维训练正是达到这一目的的一种行之有效的途径。逆向思维是指换一种完全不同的角度分析和解决问题，司马光砸缸救落水宝宝，曹冲利用水的浮力称大象，都体现了逆向思维的火花。

①经典故事新编。选择一些宝宝喜欢的经典的童话或寓言故事，引导宝宝从另外的角度重新构想故事的结局，让宝宝能意识到事物具有许多不同的方面，有助于宝宝克服单向思维，发展到思维的更高水平。

②句式转换。在和宝宝的日常对话中，可以特意训练宝宝的思维转换，比如采用句型的转换方法，“宝宝，你刚吃了一个苹果”，转化为“宝宝，一个苹果刚被你吃了”，这种转换也能使宝宝明白可以从不同角度入手思考问题。

③“头脑风暴法”的借用。“头脑风暴法”是指一个团体的人聚在一起就某个问题各抒己见，可以将这种方法借鉴到对宝宝的逆向思维的训练中来。比如，可以让宝宝说说纸张可以用来做什么？尽量鼓励宝宝开动脑筋，说出的用途越多越好。

(8) 创造性思维训练

创造性思维早在学前期就开始萌芽了。创造性思维常常表现为主动性、新颖性、超乎想象等特征，其对于成功和成才的重要作用已得到了越来越多的肯定。从小对宝宝进行创造性思维训练是明智之举，这对于宝宝日后形成创造性和创新性的思维风格有着重要作用。

①鼓励宝宝的好奇心和探索意识。从心理学的角度讲，好奇心是驱动人们对自己不了解的事物进行探索的动力，也是推动进行创造性思维的内部动因。因此，对于宝宝提出的“什么”和“为什么”等问题，不要急着给予宝宝答案，要鼓励宝宝自己去寻找问题的答案，激发他们的探索意识

和求知欲。

②艺术的自由发挥。可以让宝宝自由地畅游于音乐、美术的殿堂，他们的歌声也许不是最美丽的，绘画可能不是最棒的，但要发自内心地赞美他们的任何新奇的想法。注意不要用理性来评价宝宝眼中、心中的世界，而要肯定宝宝“与众不同”的设计。

③鼓励宝宝的想象力。建构游戏和角色游戏，能够发展宝宝的创造性思维。用积木搭各种建筑物时，宝宝可以凭自己的想象和意愿，无拘无束地进行建构，在玩具店、邮局、医院、餐厅、幼儿园等游戏中宝宝可以在人物和活动情节上根据自己的经验任意进行创造性想象。

(9) 在游戏中发展宝宝思维

游戏是培养宝宝抽象思维能力最有效的途径之一。通过游戏，宝宝的活动变得更复杂，其思维发展水平更高。如通过搭积木、玩魔方、走迷宫、下棋、拼拼图等玩具类游戏，可以训练宝宝对空间、规则等的认知，从而提高其抽象思维能力。

①帮小猫走迷宫。

目的：训练宝宝手部的协调性和用笔的能力，提高宝宝的逻辑思维能力。

方法：父母事先准备好一张图纸，画好迷宫，迷宫的起点处画一只小猫，终点处画一只小鱼，让宝宝拿着蜡笔，帮助小猫走出迷宫，吃到小鱼。父母要先给宝宝做必要的示范和讲解，然后引导宝宝去画出正确的路线。



②手工制作。

目的：训练宝宝的动手能力，发展宝宝的创造性思维能力。

方法：父母为宝宝准备几种不同颜色的橡皮泥，然后指导宝宝进行手工制作——捏一只可爱的小熊。让宝宝先捏一个大圆球，再换种颜色的橡皮泥捏5个小圆球，将这5个小球分别作为头部和四肢和大球按在一起，再用一点点橡皮泥为小熊制作两个耳朵安在头上，小熊就制作成功了。

③将物品装入包中。

目的：训练宝宝的思维能力和动手能力。

方法：父母可准备一些衣物、玩具等物品，指导宝宝将物品装入包中，可先给宝宝做示范，怎样才能将这些物品都装进包内，并且还要摆放整齐。

父母也可以准备若干形状、大小各异的物品，训练宝宝将其装在衣服的口袋里、信封里或钱包里。

六、记忆能力

记忆是指对经历过的事物能够记住，并能在以后再现或回忆，或在它重新出现时能再认识的过程。

记忆在人的生活中占有十分重要的地位，记忆能力极差的人是不会有什么作为的。心理学家指出：人对客观世界的反映，虽然是从感觉、知觉开始的，没有感知觉是不可能获得知识与经验的。但是，只有感知觉没有记忆，也不能获得知识与经验。因为，一个人虽然能感知外界客观事物，但如果不能把感知的一切保存下来，那就没有什么知识、经验可以用来形成概念，进行判断和推理，甚至无法维持正常生活。

1.宝宝记忆发展

宝宝的认识发展遵循从无意记忆向有意记忆、机械记忆向逻辑记忆过渡的过程，与此同时，长时记忆的能力会越来越强。

新生宝宝即开始有最简单的记忆，如对妈妈抱他吃奶姿势的记忆。只要抱成这个姿势，宝宝即会四处寻找奶头。2～3月时，如果注意的物体从视野中消失，宝宝会用眼睛寻找。宝宝4～5个月能记住母亲和其他亲人，但此时的记忆只能保持几天。随月龄增加，记忆时间将越来越长。宝宝在1～2岁后，随着语言的发育，记忆能力逐步增强，能记住自己的盥洗用品、玩具和几个小朋友的名字。2岁半时宝宝能记住儿歌和童谣。记忆再现的时间越来越长，如2～3岁的宝宝和父母分开几个月后仍能认识。但是，婴幼儿的记忆是无目的、无意识、短时为主的；利用形象鲜明和有兴趣的物品，能促进其记忆。因为缺乏知识和经验，宝宝的记忆常不准确，有必要在生活中进行反复的记忆训练。



2.宝宝记忆特征

宝宝的记忆一般要经历三个过程：感

知—认识—再现。“感知”即是宝宝首先对事物的外表获得初步的印象；“认识”就是在感知的基础上，获得对事物特征及作用等方面的理解，从而在大脑里留下该事物的印记；“再现”就是对印记的事物能够回忆出来。例如，父母首先指着猫，告诉宝宝：“这是猫，小猫‘喵喵’叫。”此时，他会获得猫的初步印象，以后父母又让他多次接触猫，宝宝就会进一步认识它：小猫吃鱼，胡须长长的、眼睛亮亮的……此时，猫的形象和特征无意中就留在了宝宝大脑记忆的神经里。有一天，即使猫不在眼前，当他听到别人说猫时，他虽然不会说话，但也会去寻找或指认猫，这时宝宝就表现出了对猫的一种再现与回忆的能力。

由于宝宝大脑还未发展成熟，抽象思维的能力还比较弱，加上在他们面前一般来说很少有再记忆、再现的任务。因此，宝宝的记忆有着自己的种种特点：

（1）具有无意性

整个婴幼儿时期占优势的记忆形式是无意记忆，宝宝所获得的许多知识都是通过无意记忆得来的，他们在实际生活中无意识地跟着父母不知不觉地记住了大量的语言符号、万事万物、故事儿歌等。如果父母有意识地教宝宝学一些东西，他反而不学了。因此，父母要学会充分利用宝宝无意记忆的特性，使他在生活中不知不觉地认识、记忆事物，积累经验，这就是常说的：教者是有心地教，而学者是无意地学。

（2）具有趣味性

宝宝对那些和他们的生活实际关系不大、不感兴趣的材料是不会注意的。宝宝最容易记住的是有趣味的信息，例如，宝宝喜欢听故事，他们的注意力会不知不觉地被生动的故事情节所吸引，在这种状况下听到的故事情节他们一般都能很好地记住。

（3）具有形象性

形象、直观的事物容易引起宝宝的兴趣和记忆，他能较好地认识物体和图画；能较好地识记形象的、在他们的情绪上起作用的故事和叙述，而那些抽象的概念和推论，由于还不能很好地理解，因而也就很难引起宝

宝记忆的兴趣。因此，宝宝的记忆主要是依靠形象、直观的感觉。父母都有一个体会：教宝宝认识事物容易，而教他认识简单的1至9的数字反而很难。原因是，前者是形象、直观的，后者是抽象、隐性的。

(4) 具有短时性

由于宝宝记忆系统不稳定，整个婴幼儿期记忆的保持时间都是较短的。1岁左右只能保持1～2天或几天；2岁时则发展到保持几个星期；到了3岁以后逐渐发展到几个月甚至半年多。因此，宝宝往往是学得快，也忘得快。父母要学会用有趣、巧妙的方法，时常对宝宝学习过的东西进行复习，以唤起记忆的再现。

(5) 具有选择性。

宝宝对于他们所经历过的事情，其记忆的速度和牢固程度是不相同的，对有些事物可以一下子记住，而且以后也不容易忘掉；而对于另一些事物则反复多次也记不住，这是一种正常的心理现象。父母在施教中，要学会在一次教学活动中，适当多教一点，让他们有选择地记忆。例如，教宝宝识字，可以一次拿出“鸡”“兔”“虎”“狗”“牛”等几个字块，他当时可能全都能记住，也可能只记住其中的两三个，没记住的下次再和其他生字一起学。父母在教宝宝学习时，也不能要求他当时记住所学的全部东西，要允许他“丢三落四”。



(6) 具有潜在性

在生活中，有时会看到令人难以置信的现象：宝宝有时对

他们当时经历的事情很难记住和记完整，但隔了一段时间后，往往却能十分清晰和比较完整地回忆起来。这就是记忆的潜在性。例如，宝宝刚看过灯展，父母问他看见了什么，也许宝宝当时只能说出1～2个，或者一个也说不上来。但过了几天，当有人提到灯展时，他又会说出自己看到了“八仙过海”“西游记”“恐龙喷火”等灯展的名称。可见，宝宝当时不能回答和记住的事物，却有可能在事后对该事物有着较强的再现能力。

(7) 易受情绪影响

宝宝自我控制能力比较差，记忆活动很容易受情绪的影响而出现差异。宝宝心情愉快则记忆效果良好，心情沮丧则有可能什么都记不住。

(8) 时间差异性

宝宝一天中记忆力最好的时间是在睡觉前，这时给他讲故事或讲一些生活常识，学习效果最佳。这时采取亲子游戏的方式进行记忆训练，也能有效提高宝宝的记忆力！例如：妈妈将家里的小动物玩具集合起来，给每个小动物编上号。开始时让每个小动物都站在自己的号码上，请宝宝记住，然后妈妈再将号码拿起来，并把号码弄乱，再让宝宝给每个小动物把它们原来的号码贴上，看看他是不是能够准确地把号码和小动物一一对号入座。

3.记忆能力训练

宝宝由记忆模糊到记忆清晰，由零散、机械、无意的记忆向系统、主动、有意的方向发展，是与科学的训练方法分不开的。这一时期对宝宝记忆的最好培养方式就是不厌其烦、循序渐进，根据宝宝记忆的特征和不同的年龄段采取不同的训练方法。

教宝宝学习掌握知识，不能死记硬背，要不断发展宝宝的记忆力。同时，宝宝记忆力的培养，与宝宝观察力、注意力、思维力、想象力和口语表达能力的培养是相互联系、相互促进的，只要父母做有心人，积极开发

宝宝的智力，宝宝的记忆力就会得到迅速发展。

（1）运用事物，形象记忆

具体形象、生动鲜明的物体，能引起宝宝的兴趣。激发宝宝情感的事物，容易被宝宝识记。宝宝在学习知识时，父母若能恰当运用实物、标本、模型、图画等直观事物进行教学，宝宝就能产生形象记忆，提高记忆能力。

如学习数的组成、加减法，知识比较抽象，父母利用物品演示、讲解，宝宝就能理解知识，若宝宝能动手操作，就会很快掌握知识。又如学习歌曲，运用图片或实物等向宝宝解释歌词，就会帮助宝宝记住歌曲内容。其他知识也是如此，恰当地运用不同事物，就会使宝宝轻松记住知识。

（2）多种感官，尝试记忆

调动宝宝的多种感官——视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉参与活动，能获得最好的尝试记忆效果。

如认识纸，让宝宝用手把纸放在水里，看纸吸水，把纸放在火上烧一烧，用手撕一撕纸。通过实验，宝宝记住了纸。又如认识苹果，通过看、摸、闻、尝，了解了苹果的颜色、形状、味道，最后让宝宝画苹果，又加深了尝试后对知识的记忆。



(3) 动作演示，准确记忆

有些知识，利用动作演示，宝宝就会准确理解并记忆。

如古诗《静夜思》中有一句“举头望明月”，其中“举头”一词，通过父母的动作演示，宝宝尝试练习，准确地理解了词意，就会记忆犹新。又如看图讲述“猴子过河”，图片中一群猴子看到河对岸有许多桃子，急得抓耳搔腮，父母可让宝宝学猴子着急的动作，通过模仿，引出“抓耳搔腮”这个词，宝宝理解了词意，就能很准确地用于讲述中。

(4) 善用比喻，理解记忆

在给宝宝朗诵诗歌、唱歌曲、讲故事、表演舞蹈、绘画等时，不但要正确规范，还要善于运用一些浅显易懂的比喻手法破解难点，这样就能在宝宝的脑海里留下难忘的印象。如画金鱼的尾巴时，可告诉宝宝尾巴分开的叉像一片片的柳树叶，这样宝宝既记住了尾巴的样子，又能较容易地画出来。

(5) 找准异同，比较记忆

在引导宝宝认识类似的事物时，可通过比较，找出异同点，帮助宝宝比较记忆。

如认识鸭子，可在认识嘴、脚时，和鸡比较，让宝宝比较鸡嘴和鸭嘴的形状，鸡脚和鸭脚的样子，根据不同，明确记住鸡、鸭各自的特征。

(6) 发散思维，创造记忆

发散思维是思维者根据问题提供的信息，不依常规，寻求变化，获得多种答案的一种思维形式，其具有极大的主动性和创造性。

因此可让宝宝多进行发散思维，创造性的掌握和记忆知识。在教宝宝学习知识时，要引导宝宝从多个角度考虑同一个问题，寻求多种答案，通过创造记忆知识。如引导宝宝用“天”字组成“天气”“白天”“星期天”等不同含义的词。又如父母可出示大小、颜色都相同的皮球、铁球各一个，让宝宝想出多种区别不同材料的球的办法，让宝宝在发散思维中达到识记的最佳效果。

（7）布置作业，任务记忆

积极发展有意记忆，对宝宝顺利进入小学学习有重要意义。

开始可把记忆任务与宝宝感兴趣的活动联系起来，以后渐渐给他们提出一定的任务，让宝宝有目的地记住一些东西，培养宝宝的有意记忆能力。如认识长方体，除在宝宝寻找长方体的东西以外，还要让宝宝回家找一找什么是长方体的，以此加深他对长方体的认识。再如，在幼儿园学习了儿歌或歌曲等，可让宝宝回家唱给父母听，带着任务去记忆知识。

（8）综合归类，逻辑记忆

父母要教给宝宝一些方法，使宝宝能把新旧知识有机联系起来，在物体之间建立逻辑关系，以拓宽记忆的广度。如认识了各种船，可教宝宝把船归类为水上交通工具，最后引导宝宝把它们归类为交通工具。

（9）加强复习，强化记忆

学过的知识，如果不复习，时间长了也会忘掉，为此要不断帮助宝宝进行复习，但复习的方式要多种多样，要既适合宝宝年龄特点，又能达到强化记忆知识的目的。



（10）提供记忆的环境

在宝宝生活的空间里，悬挂一些能发出声音的玩具，让他用手去触动；墙壁上粘贴一些简单、鲜明的图画，抱着宝宝去看一看，并告诉他这些图画上的人

和物的名称；时常播放一些美妙动听的音乐等，充分利用宝宝的触觉、视觉、听觉等感觉机能，产生和形成对事物记忆的模式。

（11）增强宝宝记忆能力的游戏

记忆是知识的宝库，有了记忆，智力才能不断发展，知识才能不断积累。玩下面的游戏，有助于增强宝宝记忆力。

①依次说出名称。把6样东西按先后次序排列在桌上，让宝宝看上几十秒钟，然后遮起要求宝宝凭记忆依次说出这6样东西的名称。

②辨颜色。让宝宝闭上眼睛，说出妈妈穿戴的衣帽鞋袜是什么颜色的。如果妈妈也闭上眼睛说出他穿戴的衣帽鞋袜的颜色，将会引起宝宝对这种游戏的更大兴趣。

③找物品。当着宝宝的面把8种不同的小物品分别藏好后，再让宝宝将这些物品一一找出来。

④看图说话。把15张不同内容的图片，放在桌上，叫宝宝看一会儿，然后盖上。要求宝宝把所看到的图片内容尽可能准确地叙述一遍。

⑤“飞机降落”。将一张大纸作为地图贴在墙上，纸上画出一大块地方作为“飞机场”。再用纸做一架“飞机”，写上宝宝的名字，上面按上一枚图钉。让宝宝站在离地图几步或十几步远的地方，先叫他观察一下地形，然后，蒙上眼睛，让他走近地图，并将“飞机”恰好降落在“飞机场”上。



⑥看橱窗。这个游戏适合在带宝宝外出时进行。路过商店橱窗时，先让宝宝仔细观察一下橱窗里陈列的东西。离开以后，要求宝宝说出刚才所看到的东西。

⑦看镜子中的人物。宝宝三四个月以后，妈妈要常常抱着宝宝一起去看镜子中的人物，告诉他："这是宝宝，这是妈妈。"宝宝看到镜中的人物会促进他参与探索周围环境的兴趣，并能加快他对简单形象记忆的发展。

⑧多陪宝宝玩。促进宝宝记忆能力的发展，最重要的是父母需用大量的时间和宝宝说话、玩耍，正是在亲切、愉快的亲子交流中，一方面宝宝感受到了父爱、母爱；另一方面接受到了大量的语言符号和对事物的感知，从而使记忆发生的时间大大提前。

⑨讲图画故事。宝宝已经有了一定的语言理解能力了，父母完全可以通过以讲图画故事的方式来训练宝宝的记忆力。例如，拿一张小猫的图画，对宝宝说："这是小猫。你看这是小猫的眼睛，这是小猫的胡须，小猫'喵喵'地叫。"第二天再重复讲一讲。讲图画故事，最好选择只有一个人物或一个动物的画面，另外要三言两语讲出事物的特征。讲得太多、无重点，宝宝的大脑不但留不下什么印象，而且会转移注意力，也无兴趣听下去。

⑩教宝宝指认事物。在户外，要充分利用宝宝记忆的形象性和直观性的特点，经常重复地对宝宝说出各种事物的名称，如"这是花，这是树，这是小鸡……"过一段时间后，父母问宝宝花在哪里，树在哪里，他就会用眼睛去看，或用手去指。此时，宝宝对事物的再现能力就上了一个大台阶。教宝宝指认事物，要不厌其烦地反复去做。因为，宝宝对事物从感知到认识，再到回忆有一个过程。



七、观察能力

宝宝天生就有强烈的好奇心，其实在大千世界中有无数他感兴趣的东西。只要父母留心观察、倾听，就会发现。所以，父母要把握时机，正确引导宝宝去观察，去发现。

1.认识宝宝的观察能力

观察力是一种有意识、有目的地去认识客观事物或者现象的能力，观察力与学习密不可分，培养宝宝观察的习惯是发展宝宝智力的基础，敏锐的观察力是促进宝宝发挥其想象力和创造力的源泉，需要父母注重培养。

宝宝观察力的特点：宝宝喜欢观察活的、运动着的物体，不喜欢观察静止的物体；宝宝喜欢观察颜色鲜艳的东西，不喜欢看颜色单调、灰暗的东西；宝宝喜欢看大而清晰的图像，不喜欢看小而模糊的图像；位置明显的物体容易被观察，比如墙上挂的、桌上摆的等；物体的明显特征容易被观察，而其他特征容易被忽略，比如，宝宝容易记得球的大小有差别，却记不得色彩和图案的差异。

2.观察能力训练

观察能力是一切智力活动的基础，所以，培养宝宝的观察能力是至关重要的，那么，该如何培养宝宝的观察能力呢？

（1）激发宝宝对观察活动的兴趣

有时宝宝观察事物的时间很短就没有兴趣了，这可能是宝宝感到疲劳的缘故。人在观察事物时，大脑皮层的相应区域就产生优势兴奋中心，对所观察的事物给予最清晰的反映，而这种集中注意的观察是很疲劳的。所

以让宝宝观察时，最好运用富于变化、色彩丰富的观察对象，宝宝自然就容易被吸引，而不易产生疲劳和厌倦心理了。

（2）教给宝宝观察的方法

宝宝观察往往是漫无目的、缺乏计划性、不分主次的。所以，在观察时，父母要从如下几点入手，帮宝宝更好地进行观察。



①观察前，要让宝宝明确观察目的。宝宝在观察中，有无明确的观察目的，得到的观察结果是不相同的。比如，父母带宝宝去公园，漫无目的地东张西望，转半天，回到家里，也说不清看到了哪些事物。如果要求宝宝去观察公园里的小鸟，那么，宝宝一定会仔细地说出小鸟的形状，羽毛的颜色，眼睛的大小，声音的高低等。这样宝宝就能有的放矢地去观察，从中获得更多的观察收获。

②在观察过程中，应培养宝宝学会合理的观察顺序，告诉宝宝如何看，先看什么，再看什么，指导宝宝抓住事物的主要特征进行观察。比如，父母带着宝宝去动物园看大象时，就可边看边提出一系列问题让宝宝回答，如大象的身体大不大？牙长在什么地方？鼻子有什么特点？鼻子是干什么的？等等。只有经过父母有意识的启发，宝宝才能学会正确的观察方法。

③观察过后，要求宝宝口述观察结果。这一要求会大大促进宝宝观察的积极性，并使宝宝观察过程变得更仔细、更认真。

(3) 要为宝宝创造观察条件，启动宝宝观察的主动性，培养宝宝的观察兴趣

宝宝本来好奇心强，求知欲旺盛，父母应很好地利用宝宝这一天性，经常带领宝宝到大自然中去，让宝宝在尽情的玩耍之中，观察万物的悄然变化。去看春天的绿芽，夏日的鲜花，秋季的果实，寒冬的落叶，去听蝉鸣鸟唱，这些都会引起宝宝的兴趣和思考。同时，父母在平时要指导宝宝观察，开阔宝宝的眼界，充实宝宝的知识和生活。比如，让宝宝观察家里养的花草、小鱼，晚上带宝宝观察星空等。这样做不仅可使宝宝从中学到知识，体验观察的乐趣，又能促使宝宝多思考，从而培养和发展宝宝的良好观察能力。

(4) 调动宝宝的多种感官参加观察

教给宝宝用多种感官参加观察活动。例如，色彩、形状、声音、气味等，需要让宝宝看一看，摸一摸，听一听，闻一闻，有时甚至要尝一尝，只有这样用多种感觉去亲自感受，才能使宝宝获得更好的观察效果，留下丰富深刻的印象。

(5) 在游戏中培养观察力

游戏是宝宝训练观察力比较好的方法，让宝宝在玩的同时，也训练了观察力。

①找玩具。

目的：训练宝宝的观察力。

方法：把宝宝正在玩的玩具拿走，当着他的面藏到被子下或枕头下（一点儿不露），让宝宝把玩具找出来。然后将玩具藏到小箱子里，当着宝宝的面，把它取出来，藏进一只小包里。观察宝宝会不会翻小包，是不是仍然到小箱子里找。当他向小箱子里看时会出现什么表情。

②放盒子。

目的：训练观察力，了解事物之间的逻辑关系，解决简单问题。

方法：给宝宝一大一小两个空盒子，教他将小盒子放进大盒子里，而不是把大盒子往小盒子里放。也可教他将积木放入盒子内，或将乒乓球放

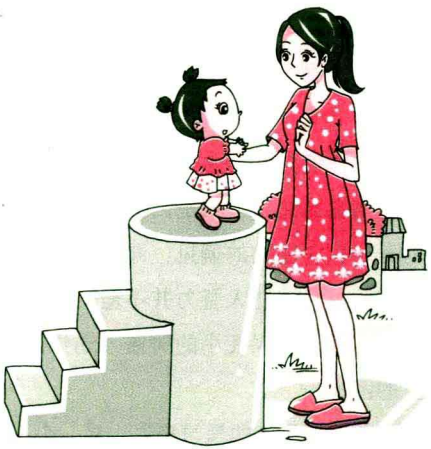
入盒子内。这可为宝宝长大后从理论上理解这些物理概念打下基础。

八、动作能力

动作能力，是指人的机体活动能力，其范围包括从最简单的屈肢反射，到用手指弹奏钢琴的复杂动作。理论上，常把婴幼儿的动作分为大动作和感觉动作（精细动作）两类。其中，大动作包括抬头、翻身、坐、爬、站、行走、蹲、跑、跳等，这些动作属于个人自身的机体活动；精细动作包括抓、握、摆弄等，这些动作属于个人四肢对外部客体的作用。婴幼儿动作能力是其所有能力中最早产生和最基本的能力，它像构筑大厦的基石一样，为其他能力的发展奠定了基础，并使纷繁复杂的心理世界得以建立。

1.父母如何判别宝宝感觉动作能力落后

大动作能力落后的宝宝还是较为容易判别的。一般来说，大肌肉动作落后的宝宝，常常对左右方位弄不清楚，保持身体平衡困难，他们动作不灵活，经常碰伤自己，有的宝宝不会跳绳，拍球时越拍越低，或者接球时不能用双手正确把球接住，而是用胳膊抱球。这些宝宝通常不爱参加集体活动，有时还爱发脾气，动手打人。



这些宝宝学习新的动作很困难，不爱上体育课，不能模仿在别人看来是很简单的动作，小时候做操时就比别人落后。

但是，父母们要注意，精细动作的落后常常是不易发觉的。一些宝宝走路姿势没问题，一般的动作也能学会，肌肉的力量也不差，他们甚至很爱好体育，也愿意参加集体活动，如酷爱踢足球或打篮球。可他们不爱动手做手工，写字常不能写在格子里，不会自己系鞋带。此外，这些宝宝还愿意说，而不愿意写；同侧手眼协调困难，经常把碗碰翻或把杯子里的水弄洒。

这些落后如果发生在父母身上，也许不算是什么大问题。一个吃饭时经常把酒杯弄翻的人只能会受到别人的笑话，但不会影响他们的工作。而在小时候如果手眼协调落后，只爱动嘴不爱动手，则会对宝宝造成多方面的影响。我们知道人的种种能力的发展都是有关键期的，比如，人的视知觉就是在刚出生后得到发展的，如果不让刚出生的宝宝的眼睛看事物，他们的视觉就会受影响。而如果让一个10岁的孩子几天不看事物，他的视觉几乎不会受到任何影响；同理，感觉动作能力在幼小的宝宝身上就是一个很重要的学习能力，因为他对外界事物的理解，他的智力发展，他的人际交往等，都需要这一能力的支持。

当然，感觉动作能力强并不意味着智力或其他学习能力的高超，更不能代替后者，但感觉动作能力在小的时候的确至关重要。我们看到了许多感觉动作能力强而学习成绩上不去的宝宝，但我们更加忽略了那些其他能力正常甚至超常，只是因为感觉动作落后而导致成绩下降的人，因为我们有一个相对固定的偏见，即学习不好的人一定是一个智力平平或低下的人，实际上，这些人智力并不差，只是不善于精细动作，不善于写字和做作业。这些人如果在小的时候，动作能力不落后的话，本可以避免许多学习上的困扰。

动作对于宝宝的学习来说，是一个不可缺少的重要条件，如果感觉动作能力落后，宝宝的学习必会受到某种程度的影响。一个其他方面都很出众，而在感觉动作方面落后的宝宝，可能会出现许多简单而幼稚的错误。

2.动作能力的训练

动作能力的训练分为如下几种：

（1）肌肉动作（肌力）

该训练包括翻滚、爬行、单杠、双杠等项动作，肌力的锻炼可以促进神经生理的发展与控制，使宝宝的身体肢干变得更有力量，旨在锻炼肌肉张力、动力与耐力。

肌力的训练不仅仅要训练宝宝的力量，还要训练其对不同力量的控制能力。只有轻重控制自如，动作才能灵活，如使用各种类型的笔写字时，不会有折断、笔芯缩回笔内、戳破纸张、下笔太轻或太重等现象。

（2）节奏与韵律

要训练宝宝拍球与跳绳、跳弹簧床，使宝宝在生活空间中的动作更为敏捷，通过这些训练，宝宝能在手、眼、脚的配合与协调方面大为加强，在动作的速度、方向、力量与变化等方面，也会更加成熟。节奏与韵律提高之后的宝宝，会显得更加成熟，动作与举止显得更加从容。这种节奏感的训练，对宝宝以后语言及音乐的发展，均有重要影响。



(3) 平衡能力



平衡能力是个体对抗地心吸引力，维持自身动作稳定灵活的一种动作能力。其主要是训练宝宝在平衡木上前行、倒退、做各种姿势与动作，或者训练宝宝单脚跳、用足尖走步、旋转身体等。平衡能力的提升还有助于宝宝对各种感官信息的接受，因为外界物理世界的信息往往是通过平衡器官(前庭)的统合而传递到大脑的。平衡能力提高后的宝宝会变得注意力更为集中，多余动作减少，记忆力也比以前有所提高。过去的一些传导不到大脑的信息，现在能传到了，宝宝变得比以前更加敏捷了。平衡能力的提高还会有助于宝宝垂直感的建立，有利于宝宝的书写等。

(4) 方向感

个体的运动固然有赖于其肌力、平衡作用和协调性，但如果无容身的空间及没有容身之外可供动作的空间，则运动的现象无法产生。因此，应当训练宝宝指认方向，辨别左右的空间能力。父母可以通过训练宝宝指认上、下、前、后及左、右手足的各种动作的配合及丢接球等，达到培养方向感的目的。

方向感强的宝宝，做事情有条理，有顺序，动作自如，对物体的位置

常有确切的把握。他们能以自我为中心，认识物理世界，在陌生的地方不易丢失。方向感的培养与训练还有助于宝宝逻辑思维能力的发展，对于提高宝宝的空间知觉与空间推理能力都有促进作用。

有了方向感的宝宝，书写时笔画顺序能够一致，不会有偏旁部首左右颠倒的现象。在语言的理解上，因为有了方向感，才不会语无伦次，杂乱无章。

九、社交能力

宝宝也会有意识地向别人打招呼吗？事实上，宝宝一生下来就会与其他人发生联系，尽管宝宝并不知道谁是父母，谁是不认识的，但与其他人交往是宝宝生存和成长的本能。

1.宝宝社会交往阶段

(1) 0～6个月：单纯社会反应阶段

宝宝通过自身发出的信号，如哭、笑、肢体动作、表情等对外界作出反应。其交往技巧主要是先天遗传的。两周的新生宝宝就能区别出母亲和别人的心跳不同；3个月左右就能发出声音、特殊的宝宝式的“迷人的微笑”，从而激发他人的好感。宝宝之间的交往很早就建立了，只是看起来有很强的生物保护本能。如，一两个月以内的宝宝哭，另一个或者另一些宝宝也会一起哭，这是一种声援、同情，或者叫响应。5～6个月以后，一个宝宝哭，另一个宝宝会注视甚至抚慰他。

(2) 7～24个月：对抚养者依恋关系的建立

宝宝6个月时认生了，这时的宝宝明显地将熟悉的人与不熟悉的人区分开来。宝宝和母亲相处时很愉快，还会用哭闹来迫使母亲等被依恋对象回来。这时候，宝宝的爬行能力使他们有了主动与人交往的能力。2岁的

宝宝已经愿意到邻居家里，并且愿意亲近陌生人，不再像6个月时对陌生人充满了恐惧。

(3) 24～36个月：发展伙伴关系阶段

2岁的宝宝已能够自由地走或跑，大大扩展了宝宝活动的空间，他开始有了自我表现的欲望，第一反抗期就是在这一时期出现的。他越来越喜欢和小伙伴一起玩，并且这也减轻了与母亲分离的痛苦。虽然他们还不能主动打招呼，加入到其他小伙伴的游戏中，但他们自有办法。

要注意的是，他们几乎没有用说话来表达交往的需要，按照父母的标准，3岁前的宝宝之间的言语交往是很不成功的，他们几乎都在各说各话。这时候的宝宝主要用身体动作或行为来表示自己的需要。所以，有许多宝宝用身体撞、挤、拉别的宝宝，都可能是一种交往的手段。

2～3岁的宝宝也会产生最初的友谊，互相喜欢对方，但这并不长久，甚至在一个小时内就可能转换几个朋友。对宝宝来说，朋友就是一个与自己玩了一会儿的人。在幼儿园里可以维持较长时间，但肯定不能维持到上小学。有些宝宝天然地受欢迎，总有宝宝围绕在他的身边；而另一些宝宝可能总没人找他玩，总是一个人呆在那儿。

有一点需要指出，3～4岁宝宝的交往能力好坏不能预测他长大后的社交能力，很多幼年很内向的人长大后在社交上没有任何问题。但宝宝有好的交往能力还是很重要的，尤其在适应新的环境上较少遇到困难，也相应会减少一些心理问题，当然更讨人喜欢。

父母要注意一些错误的做法：

凡遇到宝宝争抢玩具，都让自己宝宝退让。这种做法显然受到了传统教育思想影响，这样很容易令自己的宝宝伤心，他会认为父母并不站在自己的一边，而自己的权力受到了损害，自尊心、自信心也受到打击，甚至会使宝宝长大后不知道维护自己的权力，也不知道如何去主动争取。

父母不要一味地袒护自己的宝宝。宝宝的交往冲突是十分正常的，宝宝通过争夺玩具、相互追跑、扭打来了解其他的宝宝或者是其他人和事，从而使宝宝能客观、独立地看问题。父母过于袒护会引起不良的后果，使

宝宝自我意识膨胀，以为自己做什么都对，而别人做什么都错。这样反而从客观上降低了宝宝的交往能力。

2.培养社交能力

人类是群居动物，无论独生子女如何娇宠，最终都无法避免走出家门，与社会上的其他人打交道。所以父母都希望宝宝拥有良好的社交能力，那么，宝宝的良好社交表现究竟怎样才能实现呢？

(1) 打架未必全是坏事

如何看待宝宝们之间的打打闹闹呢？在宝宝社会交往，也就是玩耍的过程当中，无论是哪个国家、哪种文化，宝宝进攻性行为都在所难免。

宝宝交往当中，大约10%的游戏行为是并不那么温柔的，两个或者多个宝宝经常纠结在一起，身体冲撞、扭打摔跤。在这种玩耍当中，宝宝们常常可以体验自己的力量，发现自身的强度和限度，增强自信心，并且发展友谊。一个什么东西都不摸、什么人都不碰的宝宝，很容易会变得没有感情，冷漠畏缩，无法和他人交流。



此外，男宝宝和女宝宝在感情表达方面差别很大，男宝宝对于自己喜欢的人肢体动作要多些，而且有时候出手也会比较重，这就会引起有些父母的误会，总以为

这个宝宝在欺负小朋友、要打人，实际上他是一心一意在和小朋友玩耍。

(2) 讲礼貌但不要强求宝宝“礼貌”

在宝宝面前，父母要以身作则，用实际行动向宝宝示范社交场合的礼节，比如见面打招呼、分手道再见等。平时在家里，家人之间要注意使用文明语言，如“谢谢”“对不起”“没关系”“别客气”等。宝宝吸收性的心智，会将这种礼貌内化，日后时机成熟，他自己准备好时，会自然融入自己的行为当中。

宝宝并不理解“礼貌”的重要性，不知道为什么要“叫”人。这个陌生人也许对父母来说很重要，但是跟宝宝自身却毫无关联。宝宝天性只对跟自己有关的事物发生兴趣，而很少会主动对一个不知是谁的陌生人展示笑脸。

在他人面前，要把宝宝当做一名与成年人平等的人，介绍给对方，比如：“这位是某某阿姨，她是妈妈的同事；这位是我的儿子某某。”这样既能让他人尊重宝宝、平等地对待宝宝，也能帮助宝宝熟悉、接纳对方，有助于宝宝放松下来，自然地与之交流。

但是有些宝宝不喜欢和父母的朋友“Say Hello”，这也是正常的表现。因为对于宝宝来说，高大的陌生成年人很容易对他形成身体和精神方面的威胁。这时候宝宝本能地要以沉默来保护自己。

到了陌生的地方、看见生人就有戒备心，是人类生存本能的表现，宝宝必须具备自我保护意识，才能防患于未然。如果宝宝对陌生地方或者陌生人的反应跟对熟悉的地方和熟悉的人的反应毫无差别的话，那父母才真是需要担心呢。

(3) 要鼓励宝宝与他人交往

要让宝宝感到与人交往是很有趣的，特别是与同龄的宝宝交往很有意思。

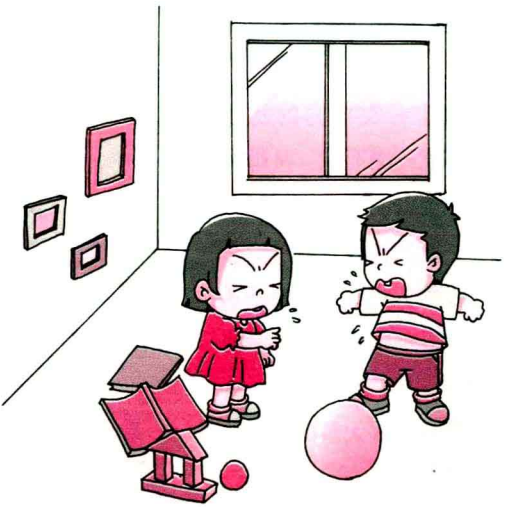
在与他人交往中，要让宝宝做完整的自我介绍，并且能倾听小伙伴的自我介绍，增进交往能力。

(4) 学会分享

对于一个婴幼儿期的宝宝来说，“自私”是正常的，甚至是通向“分享”的必经之路。事实上，这一年龄段的宝宝正在建构自我意识，建立“所有权”的概念：我、我的、我的东西，他们并不明白为什么要跟别人分享。而且因为宝宝尚未掌握“借”与“还”的概念，觉得东西一旦离开手边，就意味着丢失。

父母应当尽力保护宝宝“所有权”的建立和发展，宝宝只有确认了什么是“我的”、什么属于自己的之后，才能逐渐意识到什么是他人的，并把自己跟其他人的物品分开。分享意识的建立是一个漫长的过程，需要在反复的社交活动中逐渐体会到分享的快乐。

父母不应该为此批评宝宝，更不要给宝宝贴上“小气”“自私”的标签，而应该理解、接纳宝宝不希望分享私人物品的心理，耐心等待宝宝按部就班的成长。



让宝宝分享之前，父母一定要征求宝宝的同意。如果宝宝不同意，则尊重宝宝的意愿，告诉另一方“很抱歉，他不同意”。切忌父母说了算，为了显示大方而替宝宝做主，把玩具交给他人，或者指令宝宝“一起玩儿”。在家里，要让宝宝分清每个人的所有权，未经许可，不能随意翻动父母的私人物品；在外边，拿到他人玩具之前，一定要征得对方同意。

父母还要帮助宝宝学会遵守“轮流”“等待”等规则，比如在游乐

场，大家轮流玩秋千，谁先拿到谁先玩儿，后来的小朋友要等待。出去时可多带一些玩具，包括一些宝宝不那么在意的玩具。让宝宝学会“交换”玩具，有助于宝宝学会分享。

(5) 学会主动

宝宝不能加入别人的游戏中时心里会难过，如果父母示范给他一些交往技巧会更好些。2～3岁的宝宝更多是用动作而不是语言来进行沟通的。父母可教宝宝一些接近他人的技巧，如走到其他小朋友的身边，带上有趣的玩具（吸引别人的注意）；主动说好话，叫对方的名字，展开自己的手臂，或者做与其他小朋友一样的动作等友好举动。

(6) 尊重宝宝的行动权，不要过于约束

宝宝到处都爬或走，不断地探索着周围世界，父母不应过分约束，特别是当宝宝与小朋友玩得正高兴时，不必过于管束，否则不利于宝宝交往能力的发展。另外，要让宝宝学会自己管理自己的交往，让宝宝自己去处理自己的各种问题。

(7)接纳宝宝的社交困境

宝宝社交能力的发展也不可能一蹴而就，父母教给他，他就会了。社交能力是在不断的体验和练习中逐渐开发的。社交能力的基本功是认可他人存在、体会他人情绪、接纳他人行为，这些都需要积累大量的经验才能做好。父母一定要正视这一点，当宝宝处于社交困境时，父母要接纳他，从而增强宝宝的自信。



十、情感能力

情感能力，是一种比知识、技能更厉害的能力，它能促进一个人的智力发展，甚至能预测一个人未来的成败。宝宝2岁前的教养对宝宝情感发育影响最大，这个阶段如果父母对宝宝忽视或粗暴，很可能会影响宝宝一生。

1.情感能力的内容

①正确估价自己的能力：能觉察、正确地认识自己的感情。

②控制自己情感的能力：能恰当分析自己情感的起因，找到办法来处理自己的恐惧、焦虑、愤怒和悲伤等情绪。

③激励自己的能力：能克服自满和迟疑，调动自己的情绪去达到某个目的，还能较持久地保持这种动力。

④了解他人情感的能力：对他人情感和利益具有敏感性并能理解别人的观点，欣赏不同人对事物不同的认识和感情。

⑤善于处理人际关系的能力：能掌握别人的情绪、社会能力和社会技巧。

2.宝宝的情感表现

人的情感的内在体验具有外在的表现形式，主要是表情、行为和言语。

(1) 表情

面部表情主要是由额眉、面颊、口唇等部位肌肉的变化所构成的。愉快时，额眉平展、面颊上提、嘴角上翘；悲伤时，额眉紧锁、上下眼睑趋近闭合、嘴角下拉。面部表情模式最能精细区分不同性质的情感，是鉴别宝宝情感的主要标志。在3岁以前宝宝的情感表现往往与面部表情相伴随。

(2) 行为

行为是宝宝情感表达的另一种方式，年龄越小使用的频率越高。宝宝明显的情感行为，如哭喊、摔玩具、手舞足蹈等是很容易被父母觉察到的，但是有些时候，宝宝的情感表现具有隐蔽性，特别是随着宝宝年龄的增长，隐蔽性会增加，这需要父母特别的留意。如果宝宝的行为与平常差异较大，可能是他情感变化的信号。一般来讲，3岁前的宝宝情感行为表现比较明显，3岁后由于言语能力的提高，宝宝使用动作表达情感的频率在降低，使用言语表达情感的频率在增加。

(3) 言语

宝宝通常直接表达自己的喜怒哀乐。3岁以后的宝宝偶尔也间接表达自己的情感，父母需学会“听”宝宝的话语。如有外人在场时，宝宝对自己喜爱的食物往往问长问短，而不是像平时那样伸手就拿，他已经学会“绕弯子”了。

3.宝宝情感的年龄特征

宝宝的情感世界是怎样的呢？

(1) 0～1岁

1岁以内宝宝的情感主要是与生理需要有关，社会性因素导致的情感有了初级表现，但很肤浅，情感有了一定的分化，宝宝不能控制自己的情感，完全表现于外部。

情感是生而有之的。我们用“呱呱坠地”来描述宝宝来到这个世界上的最早行为，宝宝的哭表达了他的消极情感——不舒服。在母体内，他过了10个月的寄生生活，而且温度是恒定的，但现在他需要自己的呼吸，温度不再恒定，所以他感到不舒服。

刚出生的宝宝情感的产生与消失主要是与其生理需要有关，如饥饿、衣服的柔软度、尿布的干湿等。给饥饿的宝宝喂奶他就马上不哭了，换上干爽的尿布，宝宝就会停止哭闹。随着宝宝年龄的增长，一些其他具有社



会意义的刺激也能引起宝宝的情感反应，3周左右，宝宝可以把哭作为手段吸引父母的接近和注意。4～6周时，宝宝出现了社会性微笑，即能区分人和物，对人的微笑增多。6个月开始有了“认生”的表现，母亲比其他人更受宝宝的欢迎，更能抚慰他。与“认生”相伴随的是宝宝对母亲的依恋，不愿意与母亲分离，分离之后宝宝往往表现为哭闹、焦虑。8个月左右的宝宝有了害羞的表现，知道“不好意思”。近1岁时宝宝有了最初的同情感，看见别人哭自己也跟着哭，看见别人笑自己也跟着笑。

(2) 1～3岁

与前一阶段相比，宝宝与生理需要相关的情感在减少，与社会性需要相关的情感显著增加，宝宝会因为完成父母交给的任务而自豪。此时，宝宝只能接受赞许和表扬，一听到批评就不高兴。

0～1岁时产生的情感进一步得到发展，情感体验在加深。如对父母的依恋，宝宝生理需要成分在减少，心理成分在增加。宝宝有了一定的情感控制能力，哭的次数明显减少。但情感体验仍很肤浅，如看到图书上的大灰狼就用拳头去打，或者把图画书上的大灰狼撕掉等。情感还具有易变的特点，破涕为笑是这一阶段宝宝的常事。

2岁婴儿出现了新的情感：怕黑、怕狼、怕坏人等，到3岁时基本具备

了人的各种情感。

(3) 3岁以后

3岁以后宝宝的情感主要与社会性需求相关，由生理需要产生的情感占很少一部分。这个阶段的宝宝产生了新的情感。宝宝有了与别人交往的需要，父母的不理睬对他来说是一种惩罚，没有朋友的宝宝很孤独。宝宝有了初步的道德感，知道对与错，会因为将食物分给同伴而高兴。宝宝开始喜欢鲜艳的颜色和漂亮的小朋友，知道爱美，喜欢穿新衣服，喜欢提问，并因为提问得到满意的答复而感到愉快，这是理智感最初的表现，求知欲和好奇心在此基础上逐渐发展起来。宝宝能较好地控制自己的情感，伤心时可以不哭出声音，在幼儿园受了委屈可以回到家里再哭。虽然因为老师的表扬而高兴，但可以装成不在意的样子。

十一、生活自理能力

生活自理能力是指宝宝在日常生活中照料自己生活的自我服务性劳动的能力。简单来说就是自我服务，自己照顾自己，它是一个人应该具备的最基本的生活技能。生活自理是宝宝在不依赖他人的帮助下，每天必须进行的最基本的动作，主要包括穿衣、进食、个人清洁、如厕等自理能力。

生活自理能力差的宝宝，往往缺乏实际生活的经验，缺乏处理实际问题的勇气和毅力，他们不善于适应周围的环境，也不善于处理人际关系，遇到生活中的新情况往往采取退避和依赖的态度，缺少探索的精神和积极性。

宝宝自理能力与习惯的培养是在学前期。宝宝在婴幼儿时期，都有学习做事的愿望和积极性，也具有做事的身体条件，如果此时父母（也包括其他长辈）注意培养宝宝的生活自理能力，既顺理成章又事半功倍。父母能否抓住这个关键阶段，针对宝宝的年龄特点与生活自理现状，有的放矢地对宝宝进行教育，是宝宝生活自理能力高低的关键。

培养宝宝的生活自理能力，可以使宝宝养成良好的行为习惯，在宝宝幼小的心灵里播下爱劳动的种子，并使宝宝富有进取精神，有利于宝宝形成良好的意志品质和个性品质，宝宝长大后容易适应社会和周围环境。宝宝的生活自理能力和其他方面的能力一样，是从小培养和训练出来的。

当然，宝宝生活自理能力的培养不是一两次教育就能奏效的，这是一个漫长的过程。宝宝还小，只要他自己能做，就要给他创造锻炼的机会，在此基础上，施以言传身教，辅以耐心细致，结合家园同心，只有这样，培养宝宝较强的生活自理能力才能成为现实。那么，具体该如何培养宝宝的生活自理能力呢？

1.增强宝宝的生活自理意识

由于在一些家庭中父母包揽了所有家务，只重视宝宝的智力投资，而没有提高宝宝的生活自理意识，使宝宝形成一种错误认识：自己不愿意干的事情，父母会帮着干（口渴了，父母会端水来；要吃饭了，父母会喂；要起床了，父母会给穿衣服……）。这时，父母可通过故事“我是乖宝宝”“好宝宝”“我长大了”等，让宝宝知道，自己已经长大了，自己有



能力做好一些事情，自己的事情要自己做。或者让宝宝判断对与错，分辨哪个图片上的宝宝最棒，宝宝要向谁学习，为什么？学什么？还可以和生活自理能力强的小朋友作比较，从而激发宝宝上进的意识，增强宝宝的生活自理意识。

2.教给宝宝生活自理的技能，激发宝宝自己动手尝试的兴趣

父母在教给宝宝一些简单的生活自理方面的技能时，要先将动作的要领直观地演示给宝宝看，把动作的顺序、方法解释清楚，边讲边示范，如果配上富有童趣的歌谣效果会更好。比如，学习漱口时，配上歌曲《漱口歌》手拿花花杯，喝口清清水，抬起头，闭上嘴，咕噜咕噜吐出来；教给宝宝洗手的方法，配一些生动形象、朗朗上口的儿歌："手心手心搓搓、手背手背搓搓、手指缝搓搓、手指间搓搓、小手洗个澡、用力甩一甩！"又如，宝宝学习叠裤子时，可说"两个好朋友（裤腿）要互相拥抱，并一起弯弯腰"等，这些都会激发宝宝亲自动手尝试的兴趣。

3.利用生活和游戏给宝宝练习的时机

宝宝自理能力的提高，需要通过反复练习来获得，那么如何提供给宝宝各种练习的机会呢？父母可抓住日常生活中每一个可利用的机会，例如，在宝宝小便、洗手、喝水时，父母都尽量让宝宝自己动手来提高这方面的能力，宝宝小便后提不上裤子，就教他用两手向上提前边和后边，渐渐他就会掌握这一技巧。父母可抓住宝宝生活的每个细节去指导、监督宝宝使其形成习惯。

游戏是宝宝自愿参加的轻松愉快的活动，是生活中不可缺少的重要组成部分，也是宝宝最喜欢的活动，父母可以充分利用游戏来加强宝宝的生活自理能力。如宝宝在玩桌面玩具时，父母提供雪花片、积木以及纽扣

等，让宝宝练习搭雪花片、积木、扣纽扣等，来训练宝宝小手的灵活性。又如，宝宝爱玩角色游戏“娃娃家”中，常以“我是妈妈给宝宝喂饭”“我帮娃娃穿新衣”等角色工作来给娃娃喂饭、洗脸、梳头、穿衣服、整理床铺等，父母可帮助宝宝将这些迁移到自己的实际生活中，让宝宝从小掌握一些干活的方法和技能，从而促使宝宝在实践中提高生活自理能力。



4.开展适当的自理能力比赛，在竞争之中促自理

如举行“穿衣比赛”“夹豆比赛”“穿鞋子比赛”等；还可以组织宝宝开展“找朋友”的游戏，目的是让宝宝认识自己的茶杯、毛巾：首先为宝宝准备各种形象生动有趣的小标记，让宝宝自由地选择喜欢的标记，看一看，玩一玩，说一说，然后根据手中的标记去寻找自己的茶杯和毛巾，先找到的宝宝给予表扬。同时，父母不失时机地教给宝宝如何正确洗手，并用毛巾把小手擦干。这样，宝宝可以在愉快的活动中学到这些生活技能，在活动中感受比赛乐趣，同时也提高了宝宝的自理能力。

5.给宝宝肯定，树立其信心

当宝宝取得点滴进步时，父母的一句“你真棒”“你真能干”……都会使宝宝对自己的能力充满信心，成为激励宝宝自觉提高自理能力的强大推动力。当宝宝无法达到预期目标时，父母要耐心细致地引导，还可辅以鼓励性语言，如“你行的”“我相信你会干好的”等，必要时父母还需协助宝宝实现成功，以免挫伤宝宝积极进取的精神。

6.家园配合，共同教育

目前，幼儿教育中的家园合作已成为一种非常必要的方式。有的宝宝在幼儿园非常能干，是老师的小帮手，而在家里却连吃饭都要父母喂。针对这些宝宝的“两面性”行为，父母要积极与老师交谈，加强沟通，家园同心，对宝宝进行一致性教育，除了在幼儿园加强锻炼以外，在家父母也要多监督、督促，帮助宝宝形成在家、在幼儿园表现一致的好习惯。



7.引导宝宝自己动手

父母应该重视宝宝出现的每一个具有独立意识的要求和行为，并加以鼓励和提供实现的条件。例如，当妈妈

洗衣服时，宝宝要来帮忙，妈妈不要怕宝宝会弄湿身上穿的衣服或洗不干净衣服，或认为会给自己添麻烦而不让宝宝动手，甚至还训斥宝宝。要知道，你的拒绝、训斥恰恰扼杀了宝宝独立动手的意识。其实这正是培养宝宝生活自理能力的大好机会，妈妈应当给予支持、鼓励和引导，帮助宝宝建立自信心，提高宝宝的生活自理能力。

有的宝宝喜欢说“让我自己来”，他们不用父母帮忙，自己脱衣服，自己吃饭，自己大小便，自己整理床铺和玩具。对此父母应放手让宝宝干并加以引导，不要认为宝宝干不好或怕麻烦、图省事而不让宝宝干。

8.根据宝宝生理发展特点，逐步提出要求，从易到难，从简到繁

3岁的宝宝可让他自己吃饭、洗手、刷牙等；4岁宝宝可学习折叠被子、整理床铺以及自己照料生活；5～6岁的宝宝要求他穿脱衣服迅速、整齐，洗脸洗手要洗得很干净等，还要逐步学会做一些简单的家务劳动，如扫地、浇花等。

9.为宝宝生活自理创设必要的、合理的条件

如最好有自己的小床、小被子；衣服要放置在低矮的橱里，便于宝宝取放；洗脸盆要小而轻便，洗脸巾要短且薄等。

十二、创造能力

创造力除了“智力”之外，还包括5种重要的能力：敏觉力、流畅力、变通力、独创力、精进力。

当父母变换了宝宝的房间布置，宝宝一眼就能看出改变的地方，丝毫不差，宝宝的“敏觉力”可能很高。

当妈妈问宝宝："茶杯有什么用途？"在限定时间内，宝宝能够想出很多答案，宝宝可能有着较佳的"流畅力"。

变通力，是指宝宝能以不同角度看问题。例如老师问："你在沙漠里口渴了，要喝什么？"如果甲宝宝回答"开水""汽水""咖啡"；乙宝宝回答"仙人掌汁"，则乙宝宝可能要比甲宝宝"变通力"强。

独创力，是指能想出别人想不到的办法，而且有实际效果。可以说，所有的"发明家"，都具有很强的"独创力"。

精进力，是指能从更精致、更细密的角度思考。例如，懂得在纸船上涂一层蜡，防止被水浸坏；这"多一层蜡"的思考，就是精进力。

1.创造能力强的特征

在倾听、观察或做事时，精神高度集中，以致听不见别人说话或忘了吃饭等；异常的活跃、难以安静；说话时喜欢用比喻，而且比喻又很别致；有向权威思想挑战的倾向；有追根究底的倾向；观察事物很仔细；渴望把自己的发现告诉别人；即使在闲暇的时间也不放弃创造性活动；把两个毫无关系的东西联系起来；坚持把自己的某种想法付诸实施；对各种事情表现出好奇，并渴望了解它们；自发地运用实验检验自己的想法；有做各种试验的习惯；忠实于真理并强烈地探求真理；有独立的行为；敢于提出新观点；不易分散注意力；善于获得物体间的新组合；具有敏锐的观察力；有寻求变通办法和探究新的可能性的倾向；能自觉地独创性地学习；乐于思考或常提出一些调皮的问题。

2.宝宝创造能力的培养

宝宝已经具有创造力的萌芽。宝宝的创造力具有不自觉性、不稳定性、可塑造性强等特点，利用他们的可塑性对他们进行早期教育，使其创造力趋向自觉稳定，让其处于萌芽状态的创造力得以发展，是早期教育的一个重要

任务。宝宝创造力的培养必须以其身心发展规律为依据，忽视宝宝创造力的萌芽，必将导致对他们潜能的巨大浪费，而若拔苗助长，欲速则不达。所以，培养宝宝的创造力，就应尊重宝宝创造力发展的规律，在适合宝宝年龄特征的活动中，让宝宝的创造力尽可能充分得以发展。

⑴从简单、常见的现象入手

培养宝宝的创造能力，不能起点太高，要从易到难，从简单到复杂。刚开始时最重要的是要培养宝宝逐渐具备创造的观念，在大脑里逐渐形成创造的意识，让宝宝从常见的事物开始训练创造能力，让他们在平常中找到异常，在熟悉中找到陌生，使他们不易形成“熟视无睹”的心态，这正是创造能力发展的基本条件。

⑵独立进行创造性思维

父母要引导宝宝独立地进行创造性思维，用自己已经掌握的知识和经验，针对要解决的问题，发现新的具有创造意义的解题方法。独立思考是宝宝发展创造能力的一个关键点，因为宝宝模仿能力很强，依赖感很强，如果不培养他们的独立性，就会逐渐养成依赖的习



惯，这对他们创造能力的发展是极为不利的。

(3)让宝宝尽早体验到创造的快乐

创造活动是件快乐的事情，同时也是一种艰辛的脑力劳动。父母应该尽早让宝宝有所创造，有所成就，让他们体验到创造成功的快乐，从而激发他们进行创造的兴趣和动机。父母可以给宝宝提出一些较难的问题，让宝宝成功解决。在一次次成功的快乐中，宝宝创造的观念会逐渐形成，创造也会成为宝宝学习和生活的一部分。

3.训练宝宝的发散思维

这是培养宝宝创造性的一种重要方式，在宝宝思维过程中，要让宝宝突破原有的知识框架，充分发挥想象力，从一点向四面八方想开去，找出更多更新的可能的答案，例如，让宝宝说出一个物体的多种用途，如“水除了喝还有什么用途”，或有意创设问题情景，引导宝宝找出与众不同的解决办法，如“怎样使鸡蛋不从桌子上掉下来”，这样经常有意识地训练宝宝改变角度去思考问题，能帮助宝宝打破思维定式，形成发散思维方式。

4.教育宝宝学会动手

如今，许多父母包揽了宝宝能做的事，不给宝宝创造独立解决问题的环境，剥夺了他们自我发展的机会。没有独立做事的习惯，没有独立思考解决问题的能力，何谈创造性的培养？因此，父母要由替宝宝做事，变为指导宝宝自己做事；当好“向导”，指导宝宝独立地跨越障碍，独立地思考问题；甚至吃点苦头，使宝宝从中进行自我调整、自我完善，逐步具备独立解决困难、处理问题的能力。动手能力是创造力的组成因素。宝宝上学时，应该争取多动手。父母应鼓励宝宝多动手做实验，动手制作，动手发明创造一些作品。

5.教育宝宝会学习

父母不能只满足宝宝学会，而更要教宝宝会学，虽然两者仅仅只是词序的不同，但它却反映出两种不同的素质。杨振宁博士在谈到自己成功的秘诀时说："我到芝加哥大学攻读博士学位，学到一种与中国完全不同的学习方法。老师要你注意的不是最高原则，而是一些新的现象，抓住这些现象进行探索、研究、归纳、总结。"所以，要让宝宝能掌握不断自我学习、自我完善的工具。

6.鼓励宝宝多提问

面对新奇陌生的世界，宝宝常常会遇到许多不懂的事情，会不停地问这问那，宝宝能提出问题，说明宝宝在动脑筋，这是一种十分可贵的探索求知的精神，是创新的萌芽。爱因斯坦在回答他为什么可以作出创造发明时说："我没有什么特别的才能，不过喜欢寻根剖底地追究问题罢了。"生活的智慧就在于逢事多问个为什么，消除疑问的愿望，就是创新的渴望，提出问题是创新的前提，在日常生活中父母要观察宝宝的言行，发现宝宝有疑问时就鼓励宝宝说出来，并引导宝宝向纵深方向思考，习惯成自然，慢慢宝宝就会产生强烈的求知欲望。



7.提供丰富的活动材料

宝宝的创造力是通过多种活动来实现的，一幅画、一首歌都能表达宝宝的创造性思维。作为父母，应多为宝宝提供丰富的活动材料，如作画的笔、纸，做手工的泥团、树叶、毛线等；还可以搜集宝宝感兴趣的东西，如石子、酒瓶盖、硬纸板、泡沫塑料、贝壳等，让宝宝依靠自己的想象，对其进行重新组合，创造出“作品”。

8.满足宝宝的好奇心

好奇心是创造性思维的动力，宝宝对许多事情都感到好奇，好问、爱动，但父母往往会因为安全或保护等原因，不让他们触及一些物品，如剪刀、电源插座等，如果只是硬性规定电源插座不能碰，宝宝会不再提为什么，但如果父母拿出试电笔让宝宝看电笔亮，再解释电的危险性，宝宝就会留下深刻的印象，对录像机、照相机也是如此，这样既满足了他们的好奇心，又有助于他们勤于思考。

9.强化宝宝的创造行为

在培养宝宝创造性的过程中，父母可采用积极的强化。如言语强化，“你真聪明，你真是一个爱动脑筋的好宝宝”等；动作强化，加微笑、点头、拍肩等；实物强化，如奖励一朵小红花等。

10.发现宝宝的创造性

每个宝宝都有一定的创造潜能，这种创造潜能就表现在日常生活中，因此父母只要用心观察宝宝在日常活动中的表现，发现他的创造力。比如，宝宝一会儿把搭的长积木当剑，让自己成为勇敢的战士；一会儿把搭

的长积木当冲锋枪，让自己成为正义的警察；一会儿又把长积木当雪人的拐杖，让雪人成为神气的人，其中宝宝有丰富的想象，有“发散思维”，发现了同一事物的不同用处，这就是创造性的表现。

11.不要有问必答



从心理学的角度讲，好奇心是人对自己不了解的事物感到新奇而有兴趣进行探究的一种心理倾向，它是推动人们主动求异，进行创造性思维的内部动因。好奇心在宝宝身上尤甚，许多宝宝对自己不了解的事都非常渴望知道，其基本表现就是不断地提出“是什么”和“为什么”的问题，有些父母可能马上会给宝宝一个答案，但是为什么不好好利用这个机会让宝宝自己思考呢？如宝宝问“种子为什么会发芽？”可以反问他：“你觉得种子是怎么发芽的？”无论宝宝怎样回答，都可以通过做实验让宝宝深刻地去体验种子发芽的过程，通过实验可以让宝宝了解更多关于植物的知识，结合这个知识再进行扩展，可让宝宝了解更多知识。所以对待宝宝提出的问题，不要总是“有问必答”。有些问题可以鼓励和引导宝宝自己思考寻求答案。

12.教宝宝自己想办法解决问题

在日常生活中，宝宝常碰到一些小困难、小问题，每当这时，父母不要急于帮宝宝解决，而要让他自己想想办法。

假设小猫把球掉到了河里，它很着急，请宝宝帮它想想办法，怎样才能把球取上来，办法想得越多越好（注意使用安全的方法）。父母也可把一块小积木放进一个不能伸进手去的瓶子里，让宝宝在不翻倒瓶子的条件下，想办法把积木从瓶中取出来。宝宝想的办法越多越好。

13.根据故事开头编结尾

给宝宝讲一个有趣的故事，例如，在一棵大树下，有一只狡猾的狐狸，它几天没有吃东西了，肚子饿得咕咕直叫。忽然，它抬头一看，树上有一只蹦蹦跳跳的小松鼠。狐狸眼珠子骨碌碌一转，说："小松鼠你爸爸会闭着眼睛跳下来，你会吗？"小松鼠说："我当然会啦。"说着，它闭上眼睛往下一跳。狐狸连忙跑过去，一把抓住小松鼠，刚要往嘴里送，这时……把这个有趣的故事留给宝宝，让他为这个故事编个结尾，小松鼠被吃了吗？还是它想到了什么办法逃掉了呢？故事的结尾是多样化的，宝宝也可以编几种结尾。

14.在游戏中想象

在游戏中，宝宝的创造力能慢慢提高，宝宝会从单纯模仿发展到创造，他们逐渐创造性地开展游戏情节，创造性地扮演游戏角色，创造性地制作游戏道具等。但是游戏水平的发展并非完全是自发的。缺乏父母指导的宝宝，他们的游戏可能长时间地停留在较低级的水平，宝宝的游戏，需要父母的帮助、启发、引导，从而有意识地促进宝宝的想象力和创造力。

15.丰富艺术生活

音乐、绘画都是培养创造力的有效途径。音乐是促进宝宝身心健康发展的很好方式。因为音乐会促使右脑的发育，而右脑发达的人往往具有非



凡的创造力，像物理学家爱因斯坦、发明家爱迪生、艺术大师毕加索等都是右脑发达型的人。另外音乐可以丰富宝宝的精神世界，在优美的音乐声中，宝宝情绪兴奋愉快，这个时候，其创造力就处于极佳状态。同样，绘画也可以促使宝宝大脑右半球的发达，增强宝宝想象力、形象思维力和创造力。对宝宝绘画的评价，主要不是以像不像来衡量，而是要看他是否能发挥想象力，创造美的形象。因而宝宝的涂鸦，虽然稚嫩，但他们每画出一个形象，对他们来说，都是一种创造，父母应该大力鼓励宝宝的这种创造。

16.发展语言

对于学龄前的宝宝来说，语言能力主要是听视觉的能力。听说能力培养主要是在日常对话以及讲故事中进行。在与宝宝进行对话时，要因势利导，抓住时机，就宝宝感兴趣的问题展开对话，这样宝宝就会兴致勃勃地启动思维，即兴表述生动的语言。宝宝都喜欢听故事，父母在讲故事时，可以选择一些悬念较强的作品，引导宝宝探究问题。在故事讲述过程中，还可以利用启发提问的方式，刺激宝宝的思考，让宝宝发挥想象力和创造力。

婴幼儿时期是宝宝创造性思维的萌芽时期，培养和发展宝宝的创造精神和创造性思维，是父母义不容辞的责任，作为父母一定要树立起正确的宝宝观和教育观，努力提高自身素质，切实运用合适的方式培养发掘宝宝的创造性行为，为未来培养创造型人才而奠定良好的基础。

十三、艺术能力

宝宝的艺术能力，指宝宝能够在艺术活动中具有初步的感知与体验、创造与表现、反思与评价的能力，但最重要的是能够体验艺术的快乐。

宝宝具有一定的艺术能力，如随着节奏感强的音乐晃动手臂、随着摇滚乐一扭一扭；或者对颜色特别敏感，可以随性涂抹出自己认为好看的图案，随着年龄增大，宝宝对颜色的认知与表现能力会越来越突出。

艺术能促进宝宝感官系统的发展。宝宝随着音乐有节奏地晃动身体时，发展了宝宝的节奏感、身体整体协调性；绘画能力对于宝宝视觉以及空间能力的发展具有重要作用；语言表达能力、听觉能力也在宝宝艺术能力的发展中得到了发展。艺术能力与感知觉能力的发展是相辅铺相成、相互促进的。

艺术能力的发展还能与宝宝个性发展相互作用。艺术表达的过程是宝宝心境和情感表达的过程。也许他很高兴，因为颜料的涂抹可以带给他快乐；也许他很不高兴，可以借助对乐器的敲击发泄他的不满。

艺术是宝宝认识和把握这个世界的方式之一，对于宝宝来说，从小接受艺术教育，不但是才能的培育，而且对其一生发展也有很大影响。

1.为宝宝准备充足的艺术材料

父母要为宝宝准备各种各样的颜料，让他自由地探索各种颜色带来的快乐，或许不久之后父母就会发现，宝宝创作出了一幅“印象派”画作；也可为宝宝准备各种各样的小乐器，让他自由地弹奏、敲击或吹奏，或许不久之后，父母会发现宝宝创作出了一首令人“情绪激昂”的“军队进行曲”。

2.用身体动作来感受艺术

3岁前宝宝的思维特点是动作性思维占主要地位，因此，在培育宝宝的艺术能力时，要注意让宝宝用具体的身体活动来体验和感受艺术。比如，宝宝喜欢“小燕子”的歌，父母可以让宝宝挥动胳膊学燕子飞，感受小燕子是怎么飞的。

3.重视艺术感知与体验



艺术感知与体验是艺术创作与表现的前提，并为创作与表现提供素材。因此，父母不能只注重宝宝创作了什么，而应该注重宝宝创作以及创作之间这个体验的过程。艺术的巨大潜能在于它的不确定性和无限表达空间，培育的方式千变万化，每个宝宝的具体情况也不一样，关键是父母有没有从观念上重视宝宝的艺术能力的发挥。如果父母重视，宝宝的创造力一定会让你大为吃惊的！

十四、数学能力

数学是自然科学的基础，计算是人生必备的三大能力之一。随着知识经济、数字化信息时代的到来，越来越多的父母认识到培养宝宝数学能力的重要性。

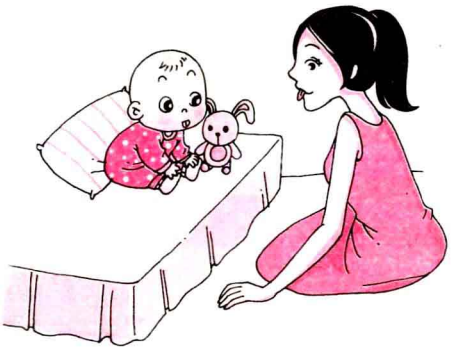
数学能力是人类智能结构中最重要的基础能力之一。婴幼儿期是人类数学能力开始发展的重要时期，其中，1岁10个月左右是宝宝掌握初级数概

念的关键期，2岁半左右是宝宝计数能力发展的关键期，4岁左右是宝宝掌握数学概念、进行抽象运算以及综合数学能力开始形成的关键期。如果在关键期得到科学系统并且具有个性化的训练，宝宝的数学能力会相应得到发展，而一旦错过关键期则会造成发展不足，以后就是花费几倍的气力也难以补偿。若是在关键期受到非科学而杂乱的教育则会严重影响宝宝数学能力的发展，出现严重的偏差，甚至对以后的发展造成阻碍。

经过婴幼儿期系统训练的宝宝不仅在心算能力、掌握数学概念以及掌握空间概念方面显著超过同龄人，而且在注意力、记忆能力、思维能力和处理大量信息的能力方面也远远超过同龄人，同时在非智力心理素质方面，经过训练的宝宝独立性、自信心、进取心、竞争心理、自我控制能力以及意志品质和求知欲也获得了不同程度的提高。

对宝宝开展数学教育具有两方面的价值：一是思维训练的价值，由于数学是抽象的过程，学习数学实质上就是学习思维，特别是抽象逻辑思维的过程；另一方面，数学教育能够培养宝宝解决问题的能力，特别是用数学方法解决问题的能力。

宝宝的数学学习和思维发展关系密切：一方面，宝宝学习数学需要一定的心理准备，也就是说宝宝要具备一定的逻辑观念和抽象思维的能力。另一方面，数学教育也促进宝宝的思维发展。当然，数学知识只是宝宝思维发展的载体，而不是开发宝宝智力追求的唯一目的。



第三章 父母不容忽视早教

一、掌握早教的“最佳期”

人一生发展的最重要时期是0～4岁。在0～4岁这个阶段大脑迅速发育，出生时的大脑重量是成人的25%；1岁时的大脑重量是成人的50%；3岁时的大脑重量已相当于成人的80%，这时，几乎每个幼儿都突破了语言和学习的关口。据研究证实，接受过早期教育的儿童比未接受早期教育的儿童智商平均高出17%左右。婴幼儿的大脑将使用相当于成年人两倍的能量，婴儿在这个阶段学到的东西比生命中其他任何阶段都要多。

早教不仅是促进婴幼儿早期智力开发的教育，更是促进孩子身心全面健康成长，和谐发展的教育。它包括大动作、精细动作、语言、认知、情绪与社会适应能力等的刺激、锻炼和养成。

通过实施科学系统的早期教育课程，能充分开发宝宝的潜能，帮助他们成长为快乐自信、乐于分享、懂得感恩、适应社会的健康宝宝。



早期教育之所以能造就人才，关键在于它能激发儿童的潜在能力。然而潜在能力是遵循着一种递减规律的。比如生下来具有潜在能力的儿童，如果一出生就进行理想

的教育，就可以成为具有100分能力的人；若从5岁开始教育，即使是理想的教育，也只能成为具有80分能力的人；若从10岁开始教育，就只能成为具有60分能力的人。也就是说，教育要越早越好，早期教育实施越晚，儿童生下来所具有的潜在能力发挥出来的比例就越低。无数事实证明，接受早期教育的孩子，比不接受早期教育的孩子更聪明、更健康，日后的成长也更快乐。

0～4岁是人一生中脑部发展的重要黄金期，也深刻影响着孩子未来智力潜能的发展，如何把握这段黄金期，施予婴幼儿科学合理的早期教育，对孩子一生的影响是非常重要的。

二、保证婴幼儿的营养健康

在宝宝婴幼儿期的喂养上，既不能操之过急，又不能掉以轻心，一定要充分保证宝宝的营养健康。宝宝一生的健康基石，就把握在每一位父母的手上。

1.切勿走入喂养迷宫

大部分宝宝有特别偏爱或总是拒绝吃某些食物的习惯，这会导致身体缺乏一些必需营养，成为现代“营养不良儿”，免疫力普遍下降。其实这些现象是源于父母在喂养上走入了迷宫。

（1）走入迷宫

①迷宫1：让宝宝错过了味觉最佳发育机会。每种没有吃过的食物，对于宝宝来说都是新鲜的、好奇的，他们并不会天生就有什么成见，通常宝宝需要妈妈培养他良好的味觉及嗅觉感受。宝宝的味觉、嗅觉在6个月到1岁这一阶段最灵敏，因此是添加辅食的最佳时机，因为，宝宝通过品尝各种食物，可促进对很多食物味觉、嗅觉及口感的形成和发育，也是宝宝从

流食—半流食—固体食物的适应过程。在1岁左右时，宝宝已经能够接受多种口味及口感的食物，而满足身体生长发育的需要，顺利断奶。然而，在给宝宝添加辅食的过程中，如果妈妈一看到宝宝不愿吃或稍有不适，就马上心疼地让宝宝停下来，不再让他吃，这样，便使宝宝错过了味觉、嗅觉及口感的最佳形成和发育机会，不仅造成断奶困难，而且可能导致日后的厌食症。

②迷宫2：对宝宝最初表现的“偏食”采取强制态度。宝宝在8个月时，对于食物已经能表示出喜厌，这就是最初的“偏食”现象。然而，这种偏食是很天真的，不能同大一点的宝宝的偏食相提并论。因为宝宝在这个月龄不喜欢吃的东西，很有可能到了下个月就又爱吃了。而妈妈并不了解这一点，生怕宝宝缺了营养，对宝宝不吃的行为非常在意，十分“较真”，以致采取强硬的态度，结果给宝宝的脑海中留下十分不好的印象，以后很难再接受这种食物，从而导致真正的偏食习惯。



③迷宫3：对于宝宝的营养摄取过于关注和担心。妈妈总是按照自己对于营养知识的了解，去给宝宝安排膳食，从来不允许宝宝按照自己的愿望去喜好某种食物，认为这样才能保证营养的摄取。然而，只要宝宝的味觉、嗅觉及对食物的口感发育正常，正常的宝宝是完全可以从爱吃的各种搭配得当的食物中，选择出有益健康的饮食组合。虽然宝宝的食欲可能会经常变化，但只要不过分受到人为偏见的影响，从长远看他们的饮食一般是能够达到平衡的。因此，妈妈应该允许宝宝按照自己的愿望去喜厌某种食物，不必大惊小怪，过分的关注和担心反而会起反作用。

④迷宫4：在饮食上总是娇纵宝宝。通常宝宝都是碰到喜欢吃的食物，就没完没了地吃个不停，而妈妈却对此不以为然，一味地娇纵宝宝。然而，小宝宝的消化器官还很娇嫩，如果一味地娇纵，就会使宝宝伤了脾胃，结果造成伤食，以后一碰到这种食物，就感到十分厌恶，从此再也不吃了，由此导致营养摄取不均衡，发生“营养不良”。

⑤迷宫5：纠正宝宝偏食、厌食习惯过于心急。当宝宝不爱吃某种东西时，妈妈一着急，就常常采取强迫、诱惑、收买或威胁等做法，硬要宝宝往肚子里吃，结果使宝宝造成不良的心理影响。时间一长，就会使宝宝对这种不爱吃的食物形成条件反射，即一见到便感到恶心。长此以往，也会影响营养的均衡摄取。

⑥迷宫6：妈妈自己有不良饮食习惯。宝宝偏食、厌食，往往受妈妈的影响，如妈妈对自己不爱吃的饭菜，不能很好地去做，也不注重口感和色泽；常常在言语之中流露出对这些食物的偏见。这样，就会使宝宝先入为主，对某些食物没等进口就感到厌恶了。或是一种饭菜只要妈妈认为有营养，便让宝宝上顿吃完下顿又吃，最终使宝宝对这种饭菜倒了胃口，以后再也不吃了。

（2）走出迷宫

①方法1：科学合理喂养，以防养成偏食、厌食习惯。应及时适时添加离乳食品，促进宝宝对多种食物的口感及味觉、嗅觉的形成和发育；正确对待宝宝最初出现的“偏食”表现，切不可态度生硬，也不可娇纵宝宝的不良饮食习惯，如碰到爱吃的食物，就不加以节制地过食，最终导致伤食，而不喜欢吃的东西一点也不吃；妈妈要以身作则，不要在宝宝面前表现出对食物的喜或厌，也不要对食物妄加评论。

②方法2：饮食安排注意各种营养素的均衡。应按照中国营养学会制定的膳食平衡指导，为宝宝安排饮食，即食物要多样化，主食粗粮与细粮及副食荤与素搭配要合理；让宝宝每天喝奶，经常吃鱼、蛋、瘦肉、禽类、豆类及豆制品；多吃各种蔬菜、水果及薯类，保证膳食纤维的摄取。

③方法3：注意培养宝宝良好的饮食习惯。这些习惯包括不偏食、不挑食、不暴食、不过食，不过度吃零食。当然，这并非是一朝一夕就能达到的，需要妈妈每时每刻都要注意培养。另外，妈妈要尊重宝宝的个性，让他觉得吃饭是自己的愿望，是一件愉快的事情；既要注意营养素的均衡，也要考虑到宝宝的口味，同时还要讲究食物的色、香、味及食物的花样，不可因为只讲究营养而忽视宝宝对食物的感官需求。

2.营养均衡五注意

现在的宝宝虽然不愁吃不到好的，但仍有许多宝宝依旧长得不能令人满意，身高、体重低于同龄宝宝。影响婴幼儿生长发育的因素主要有两种：疾病因素与饮食不当，但其中大多与后者有关。概括地讲，并不是宝宝吃得不好，而是吃得不科学、不合理。



(1)适时增加辅食

种类：宝宝从出生4个月起应开始添加辅食，6个月起逐步增加辅食的数量、浓度和品种。6个月的宝宝可以吃软饭、泥状和半固体食物，也可以吃一些肉、鱼、蛋等动物性食物，并帮助宝宝补充微量元素；8个月的宝宝可以吃“手指”食物，如手指饼或其他低糖低盐饼干等；12个月的宝宝就能吃一般家庭的普通食物了。

次数：随着宝宝年龄的增长而逐渐增加辅食喂养的次数，6～8个月每日应喂辅食2～3次，9～11个月增加到每日3～4次，12～23个月时可适当增加一些其他食物，如水果、带花生酱的饼干等等，每日1～2次。

(2)适时增加硬食

有些父母生怕宝宝没有牙齿，咀嚼能力不强，所以给宝宝喂一些稀饭、面汤、米粉之类的食物。这些食物对于婴幼儿来说，不是不能吃，只是所含水分多，能量低，不含铁、锌、钙等营养素，长期这样食用，势必造成宝宝营养素缺乏。

要为宝宝提供理想的食物，就必须改进烹调的方式。如做稀饭时少加水，做面汤时混入固体食物（豆、肉、蛋、菜等），以增加稠度；同时还要尽量保证每日摄取适量的乳制品、深绿色蔬菜、橘红色蔬菜、水果、植物坚果（豆、芝麻、花生）、脂肪、糖等食物。

(3)适当增加动物来源性食物

营养学上将食物分为植物来源性食物和动物来源性食物，二者营养成分有所区别，尤其在宝宝容易缺乏的一些营养素（如铁、锌、硒和维生素A、维生素D）含量及其生物利用率方面的差别很大。

虽然植物性食物中也含有较多的铁、锌和一些维生素，但因含有较多的酸、纤维素等，阻碍了营养素的吸收利用。比如，菠菜中的草酸，可以与钙、铁、锌结合，生成不易被人体吸收的草酸钙、草酸铁、草酸锌，若长期食用，容易导致相关营养素缺乏。

因此，应在宝宝的食物中适当增加动物来源性食物（包括蛋、奶）的摄入量，以预防缺铁性贫血和其他营养素缺乏。

(4)营造良好的进食环境

喂养行为不仅仅是一个单纯的喂食过程，而是喂养人与宝宝之间的互动过程，是一种精神上的交流。宝宝需要一个良好的进食环境和家人的亲切鼓励，因此，父母要学会看懂宝宝的饥饿信号，给宝宝营造一个没有干扰的进食氛围，用积极的语言或目光鼓励宝宝进食，避免强迫进食。

强迫进食，千方百计哄骗进食，鼓励快速进食，不分时间、场合地给

宝宝食物，都会干扰宝宝自身的调节系统，使宝宝产生不适感，如不知饱饿、对吃饭产生厌恶等，甚至在饭桌上培养出任性、不听话的性格。

⑸培养宝宝好胃口。

肚子饿了，便想吃饭，这是每个人与生俱来的本能，如果宝宝真的饿了，就不存在不肯吃饭的问题，因此，宝宝“拒绝吃饭”最常见的理由就是肚子不饿。宝宝不饿的常见原因如下：

①母乳与其他饭菜安排不妥当。有些宝宝已经快1岁了，仍然以吃母乳为主，而且每天不下10余次，甚至有些妈妈还把母乳当做哄宝宝的工具或让宝宝当水喝，宝宝自然就不会好好吃饭了。

②零食过多。如果宝宝时时刻刻都在吃零食，到了吃饭的时间，自然吃不下了。因此，要尽量避免给宝宝吃零食，尤其是垃圾食品，避免让宝宝养成“本末倒置”的不良饮食习惯。



③吃饭时干扰太多。宝宝边吃边玩，或边吃边看电视，都会延长吃饭时间，等到下一顿吃饭时间到了，因两餐时间间隔太短，宝宝仍然感觉不到饿，当然就不肯乖乖地吃饭了。

④一日三餐安排不合理，饥一顿饱一顿。等宝宝饿了一段时间后，就会暴饮暴食，结果造成吃下顿饭时没有胃口。

3.科学饮食的“加减乘除”法则

宝宝正处在快速生长发育阶段，是中枢神经系统及各种组织器官发育的关键时期，科学喂养、均衡膳食至关重要。

(1)“加法”法则

蛋白质类是宝宝生长发育的基本要素，父母要满足他们的需要。奶或配方奶、奶制品、鱼虾等海产品，豆类及豆制品，瘦肉、蛋类及肝类等，均属优质蛋白，每天都应保证供给。矿物质、微量元素也是宝宝快速生长发育过程中必不可少的物质，如钙、铁、锌等，它们的补充有利于宝宝骨骼、牙齿的发育，预防生理性贫血的发生，有帮助改善食欲、增强体质等作用。在补充这些物质时，应坚持“贵在适量”，而不是盲目食用或多多益善。

(2)“减法”法则



有些食物婴幼儿不宜过多食用，如各种甜品、冷饮、果汁、可乐、膨化食品、油炸食品、炸薯条、炸薯片、果冻、蜂蜜、酸奶（1岁之内不建议大量饮用，甚至代替鲜奶或配方奶）等，高脂肪、高热量、高糖的洋快餐也应少吃。另外，某些香肠及腌制食品（咸肉、咸鱼、咸菜等）最好少吃或不吃，这些含盐量高的食品，在制作过程中会产生大量亚硝酸盐、黄曲霉素等，长期食用有致癌作用，对宝宝健康成长十分不利。

(3)“乘法”法则

·目前婴幼儿膳食中普遍存在蔬菜类食品摄入过少的现象，应特别强调的是，各种绿叶菜、红色菜、黄色菜中含有大量维生素、微量元素、矿物质等，如维生素C、B族维生素、β－胡萝卜素、铁、钙及粗纤维等。主食中需安排一定量的粗粮、杂豆，做到粗粮细粮搭配，粗粮中的维生素B_1高于精米精面，且含有膳食纤维，有利于调理宝宝胃肠功能，防止便秘。各种杂豆、小米、玉米渣、麦片、荞麦、薯类等可以做成小食品，可鼓励宝宝们多吃。

(4)“除法”法则

有些食品原则上不适宜宝宝食用。如含铅量较高的皮蛋、爆米花等，可能含有激素的蜂王浆、蜂胶、花粉制品、蚕蛹、人参类补品等。含激素食品可引起正处在快速生长发育期的宝宝骨骺提前闭合，缩短了骨骺的生长期，影响宝宝的身高，甚至导致宝宝性早熟，并由此带来一些心理问题，同时可能引起血压增高等不良反应。

4.四类食物让宝宝营养均衡

吃得不合理，是指宝宝摄入的营养不均衡。那么，婴幼儿每天都该吃些什么呢？

(1) 蛋白质类食物

蛋白质对人体来说非常重要，它是构成脑细胞的主要成分，不仅能促进脑细胞数目增加、体积变化，还能促进大脑的生理活动。因此，父母每天都应给予婴幼儿足够的蛋白质食物以满足他们的需要。

①牛奶。牛奶是除母乳以外最好的食物，它含有大量优质的蛋白质和脂肪，并且很容易为婴幼儿吸收利用。因此，1～3岁的宝宝，除主食外，应以牛奶为基本食物。3岁以后，只要经济条件许可，每天也至少要喝250毫升牛奶。

②禽蛋。禽蛋的蛋白质营养价值很高，其中不仅含有丰富的维生素A和

脂肪，还富含维生素B_2(核黄素)，是4个月以后的婴幼儿每天必选的饮食。

③瘦肉。它富含蛋白质、铁、硫胺素和脂肪，既能满足宝宝对蛋白质的需要，还能有效防止宝宝患缺铁性贫血。

④肝脏。动物肝脏都富含蛋白质、维生素A、维生素B2(核黄素)、维生素B12和铁。宝宝每周至少应吃肝脏1～2次。

⑤动物血。动物血富含蛋白质、铁及其他营养素，而且物美价廉。

⑥大豆及大豆制品。大豆中蛋白质含量高达38%，高出瘦肉2倍。大豆中的脂肪、铁及B族维生素含量也高。但大豆中的蛋白质不易被婴幼儿消化，因此，制作时需花大工夫，经过细火慢炖，方可让1～3岁的宝宝食用。大豆制品，如豆腐、豆浆、豆干等，则较易消化。4～6岁的宝宝，可吃大豆食品。

(2) 富含维生素、矿物质的食物

①深色蔬菜。胡萝卜、油菜、小白菜、芹菜、菠菜等深色蔬菜中胡萝卜素含量高，是婴幼儿维生素A的主要来源，深色蔬菜中还含有一定的钙和铁。因此，父母应鼓励婴幼儿吃蔬菜，并以深色蔬菜为主。



②浅色蔬菜。萝卜、花菜、卷心菜、大白菜等浅色蔬菜，虽然其中也含有一些的维生素C和矿物质，但不如深色蔬菜丰富。

③水果。一般，水果的营养成分与浅色蔬菜相近，但枣子、山楂、柑橘、柚子等水果，含维生素C极丰富。因此，父母可以常常给宝宝吃些水果。如果家里条件有限者，可用蔬菜代替水果。很多家庭以水果取代蔬菜，这是不科学的。

（3）谷类食物

谷类供给宝宝所需热能的50%～60%，还可提供30%以上的蛋白质，谷类还是维生素B_1的主要来源。谷类的维生素和无机盐主要分布在谷胚和麦皮之中，因此，应注意粗细搭配，少吃精米精面。

（4）调味品

调味品包括盐、酱油、醋、味精等。虽然营养作用不大，但能有效促进宝宝的食欲。但应注意的是，在食物中添加调味品时不能过多，否则对宝宝的健康不利。

三、培养婴幼儿的自信心理

父母都希望看到自己的宝宝充满自信地行走在人生之路上，所以，别忽视婴幼儿期宝宝自信培养的黄金阶段！父母的鼓励和协助，是帮助宝宝走向自信的金钥匙！

自信在很大程度上影响着人们的做事动机、态度和行为。宝宝的自信可在约3～4岁时出现，当宝宝学会用汤勺将饭放进自己嘴里时，就会出现“我能做到”这种心理。自信心强的宝宝比较乐观，自我感觉较好，喜欢与别人交往，愿意追求新的兴趣，从不轻视自己。遇到难题时不说“我是白痴”，而说“我暂时还不理解”。反之，缺乏自信心的宝宝比较悲观，总是感觉“我不行”或“我什么事情都做不好”等。往往表现出被动、抑郁和孤独的倾向。

1.宝宝缺乏自信心的原因

不同宝宝由于性格差异，缺乏自信的表现自然也不相同，这就需要父母在充分了解自己宝宝的前提下，细心观察，及时发现宝宝的各种异常行为，并对其进行具体分析，找出导致宝宝缺乏自信的真正原因所在，对症下药，找到适合自己宝宝的解决方法。

(1) 父母过于苛求

父母总是指责宝宝这也不是，那也不行，在宝宝短暂的生活中，难以体会成功的喜悦，于是宝宝会怀疑自己的能力，形成一种自卑心理。

(2) 父母之间攀比

父母盲目地拿别人宝宝的长处和自己宝宝的短处相比，责骂训斥，讽刺挖苦，会使自家的宝宝越来越自卑。

(3) 外表不好看

宝宝到了3岁后，开始对自我和环境有审美要求，有些宝宝甚至更早就在这方面有了敏感性。绝大多数的女宝宝对于自己的外表都不满意，总觉得自己的外表有缺陷。

(4) 学习成绩差

面对学习不好的宝宝，如果父母采用数落、表扬别人家宝宝、甚至责骂的方法。时间久了，宝宝自卑心理会逐渐形成，并开始自我放弃、否定，觉得自己就是不如别人，就是很笨，失去了学习的兴趣。自信心饱受打击。



2.父母如何及时发现宝宝的不自信心理

①通过在生活中对宝宝的细心观察，可以发现宝宝的不自信心理。

②加强与宝宝的互动沟通交流。生活中的有些事情可以尝试着让宝宝去了解，谈谈自己的看法，留意宝宝在言语中是否存在异常之处。

③细心了解宝宝在幼儿园里的行为表现。遇到疑惑的事情或发现宝宝的异常表现，及时和老师交流。

④常常观察宝宝的行为举止，了解宝宝的想法。经常观察宝宝是否存在怪异行为，如有异常之处，可从最近宝宝身边发生的事情入手找原因。

⑤经常从别的小朋友口中了解对自己宝宝的谈论与评价。客观地了解自己宝宝在其他小朋友们眼中的印象，有利于直接发现问题所在。

3.培养宝宝的自信心

自信心是人生前进的动力，是宝宝不断进步的力量源泉。所以，父母在教育宝宝的过程中，一定要重视其自信心的培养。

(1) 对宝宝进行表扬、鼓励

父母将宝宝抱在怀里告诉他你为他而骄傲，经常、诚恳地给予宝宝表扬。不仅在宝宝做得好的时候要表扬，而且在宝宝作出努力后，尽管未达到预期的目标，也要进行鼓励。

父母应特别强调宝宝令人满意的具体行为，表扬得越具体，宝宝就越清楚哪些是好的行为。表扬其实包含两个部分：一是父母说的话语，二是宝宝据此作出的推断。表扬越具体，宝宝越能够根据父母的话对自己作出实事求是的评价。当宝宝做好一件事或掌握了一种技能的时候，不要总是简单地说："做得不错"，而要指出他们具体细节的成功。当然，也要注意不要表扬过度。从小要让宝宝认识到，真正的表扬来自于他们战胜了挑战之后。

(2) 创造良好的家庭氛围

宝宝在家里没有安全感或受虐待时，将会丧失自信心，如父母经常争吵等。父母要让家成为宝宝的避风港，要注意营造良好的家庭氛围。

(3) 关心他人

宝宝在很小的年纪就能享受到帮助别人的快乐。宝宝需要认同自己是家庭和社会有价值的成员，父母应尽量给宝宝提供接触社会、关心和帮助他人的机会。如让他把家里的旧玩具收集起来，送给需要的小朋友；帮助照看比自己年纪小的小朋友等。在家里，要营造温馨的家庭氛围，让宝宝从小就懂得关心父母，关心长辈，懂得分享。

(4) 体育活动

父母可以和宝宝一起滑雪、一起骑车、一起打球……这些活动不但能增进宝宝的健康，更能让宝宝笑口常开。而且在活动中还能增进亲子关系。好的身体状况和运动技能，有利于让宝宝树立正确的自我形象观。

(5) 不要苛求完美

宝宝毕竟还小，总有这样或者那样的不足。父母不可太过于追求完美，父母如果总是对宝宝表示不满和批评，会伤了宝宝的自尊，让宝宝失去自信。所以，下一次当你再抱怨宝宝的时候，先想一下，这个过错是不是跟他的年龄有关？10年后他还会



这样做吗？如果答案是否定的，就别再唠叨个没完。

（6）教会宝宝解决问题的技巧

当宝宝认为自己能解决一些问题时，可以让他们产生良好的自我感觉，能树立起信心，并且会有下次自己解决难题的勇气。当他们遇到难题时，父母可以按下面的步骤教会他们解决问题的技巧：发现问题；让宝宝描述出他想要的结果；帮他设计出要达到这个结果的步骤；让他自己想，哪一步他能够自己完成，哪一步需要别人的帮助；在他确实需要帮助的步骤上提供帮助。

（7）给宝宝展示自己的机会

“尺有所短，寸有所长。”每一个宝宝都有自己独特的天才和技能，展示这些能给他们带来极大的喜悦，但宝宝同时也有自己的短处和劣势。如果用其所短，而舍其所长，就连天才也会丧失信心，自暴自弃；相反，一个人若能扬长避短，强化自己的长处，就是有残疾的人也能充满信心，享受成功的快乐。

“妈妈，我给你讲一个故事好不好？”这时即使你在厨房做饭，也要满足他这个愿望，并适时地给予肯定。要知道，能和你分享他喜欢的故事，对他是多么的快乐。宝宝的热情、能通过父母的分享和肯定，转化成良好的自尊、自信，而这些品质对他们一生的快乐都是最宝贵的。

消除宝宝的自卑心理，父母要善于发现他们的长处和优势，并为他们提供发挥长处的机会和条件，这也是帮助宝宝克服自卑心理的关键。

（8）语言暗示

语言是思想的表露。积极的语言能使人产生积极的情绪，改变消极的心态，因而父母可以有意识地用“你聪明！”“你一定行！”之类的积极语言为宝宝打气，或是在此基础上，让宝宝根据自己的实际情况拟定一句鼓舞斗志的话，每天上学之前都念上几遍，在语言暗示后再满怀信心地去上学。

（9）预演胜利

每当宝宝遇到困难，不敢接受挑战时，就要让他们先在头脑中想象完

成任务时的胜利情景。这种白日梦式的预演胜利法，对于帮助宝宝战胜恐惧心理，愉快地接受富有挑战性的任务，具有立竿见影的效果。

（10）储蓄成功

自信是成功的保证，自信也是建立在成功的经验之上的。每一次成功，人的大脑便有一种刻画的痕迹—动作模式的电路纹。当人重新忆起往日成功的动作模式时，人又可重新获得那种成功的喜悦，从而消除自卑，充满信心。父母在消除宝宝自卑心理时，为了能让他生活在成功的体验之中，行之有效的方法是指导他建立成功档案，将每一次哪怕是非常小的成功与进步都记录下来，积少成多，每隔一段时间就拿出来看看，经常重温成功的心情，这样能使他信心百倍地去克服困难。

（11）洗刷阴影

失败的阴影是产生自卑的温床。有自卑心理的宝宝遇到的挫折与失败比一般宝宝要多得多，及时洗刷失败的阴影是克服自卑、保持自信的重要手段。洗刷失败阴影的方法很多，较为常见的有两种：一是父母帮助宝宝将失败当做学习的机遇，认真分析失败的原因，从失败中学习和吸取教训，总结经验；二是彻底遗忘，父母要帮助宝宝有意将那些不愉快的、痛苦的事情彻底地忘记，或是用成功的经历去抵消失败的阴影。

（12）小游戏培养宝宝的自信

①模仿双人秀。父母发出滑稽的声音，看宝宝是否会模仿它。如果他用不同的声音回应你，你可以反过来模仿他的声音。尽量把宝宝的咿呀学语和他的特殊需要联系在一起，并且对他的喉音和哼哼唧唧给予适当合理的反应，这会让他坚信自己的语言包含某种特殊的信息。

②积木推推乐。用柔软的积木制造一座塔，让宝宝推倒它。如果他不这样做，父母自己把它推倒。然后重建它，看看宝宝会不会在你的引导下跟着做。大多数1岁左右的宝宝，不需要父母的帮助已经能够堆起两三块积木。

③妈妈在哪里。妈妈在宝宝的注视下，躲到沙发的后面，然后跳出来大叫一声："我在这儿。"再次蹲下去躲起来，从另一个地方跳出来。妈

妈不要自己跳出来，躲在沙发后面，不断喊他的名字，直到他爬过来或者蹒跚着向你走来。找到你，他会很兴奋。

④玩转颜色。用单色的包装纸把鞋盒子蒙起来，然后放进对宝宝没有危险的同色玩具（如塑料杯、球、积木、塑料书等）。把盒子放到宝宝面前，当他一样样拿出来时，逐一告诉他这件物体的名称（比如这是一只红色的皮球等）。

把这些玩具放进去的时候，再逐一告诉宝宝他们各自的名称。也可以介绍另外一种不同颜色的鞋盒与玩具。然后看看他是否能够正确把不同颜色的玩具归到各自的容器里。

⑤打乱重来。摆上几张你们和宝宝一同到过的地方的明信片或者照片，和他谈论每张图片，然后将图片打乱，让宝宝重新选择。你可以帮助他，比如问他："看这张图里的小船！其他哪张卡片还有小船呢？"

问宝宝他是否能认出来某张特定的卡片，如果能，问他还能记住什么？（不过不要指望他用一个词以上的话语来回答，比如谈到你们去过的湖泊，他可能只会说"闪闪发光"）这会提高他的语言能力和长期记忆，从而增强他的自信。



⑥角色扮演。在盒子里装上好玩的帽子、鞋子、项链和一些道具，如玩具听诊器、照相机、电话等，然后让宝宝进入假想世界。如果他不能马上投入进去，你可以说："这顶厨师帽好难看啊！"然

后戴到自己头上，让他开始游戏。

用盒子里的东西编一个故事。虽然宝宝还没准备好叙述自己的想法，但你可以让他进入你的故事，这会鼓励他的想象力充分拓展，从而增强他的自信。



下篇

早教之旅

第一章 0～1岁婴幼儿早教

一.婴幼儿的阶段特点

0～1岁是宝宝出生后，在生理、心理、社会意识等方面的觉醒期，从混沌走向开明，从无知到探索认知，如能及早得到外界的适当刺激和激励，将能最大限度地开发宝宝的多元智力，而这时期大脑的发育也是他们一生中尤为突飞猛进的一年。

1.宝宝身体的发展

此阶段的宝宝身体迅速生长，头几个月，身高平均每月增长3厘米以上，1岁时，身高可以达到70～75厘米，体重可达9～10千克。同时其神经系统也迅速发育。

(1) 本能动作

过去，人们以为宝宝刚出生时是无能的，什么也不会。其实，宝宝先天带来了应付外界刺激的许多本能，令人惊讶。天生的本能表现为无条件反射，宝宝是不学而能的。

①吸吮反射。奶头、手指或其他物体，如被子的边缘等，碰到了新生宝宝的脸，并未直接碰到他的嘴唇，新生宝宝也会立即把头转向物体，张嘴做吃奶的动作，这种反射使新生宝宝能够找到食物。

②眨眼反射。物体或气流刺激眼毛、眼皮或眼角时，新生宝宝会作出眨眼动作。这是一种防御性的本能，可以保护自己的眼睛。

③怀抱反射。当新生宝宝被抱起时，他会本能地紧紧靠紧父母。

④抓握反射。又称达尔文反射。物体触及掌心，新生宝宝立即把它紧紧握住。例如，给新生宝宝洗澡时，如果他的手掌偶然碰到了父母的衣服或洗澡盆边，他会紧紧地把碰着的东西抓住，用力才能扳开。如果小棍碰到他的手掌，新生宝宝也会立即紧握小棍。这时，如果抽走小棍，他会握得更紧。当宝宝双手握住棍棒时，父母甚至可以仅仅是拉住棍棒，就能把宝宝的身体带起来，让他直立。

⑤巴宾斯基反射。物体轻轻地触及新生宝宝的脚掌时，他本能地竖起大脚趾，伸开小趾。这样，5个脚趾形成扇形。



⑥迈步反射。又称行走反射。父母扶着新生宝宝的两腋，把他的脚放在桌面、地板或其他平面上，他会作出迈步的动作，好像两腿协调地交替走路。

⑦游泳反射。让宝宝俯伏在小床上，托住他的肚子，他会抬头，伸腿，作出游泳的姿势。如果让宝宝俯伏在水里，他会本能地抬起头，同时作出协调的游泳动作。

⑧巴布金反射。如果新生宝宝的一只手或双手的手掌被压住，他会转头张嘴。当手掌上的压力减去时，他会打呵欠。

宝宝先天带来的本能动作有不同的性质。有些对新生宝宝维持生命和保护自己有现实意义。如吸吮反射、觅食反射属于食物性无条件反射；眨眼反射、怀抱反射属于防御性无条件反射。另一些无条件反射，对新生宝

宝的生存没有实际意义，它们在人类进化的历史上，可能是有意义的。例如，抓握反射，对于人类祖先需要爬树来保护和维持生命的年代，可能有实际作用。

有许多天生带来的无条件反射，在宝宝长大到几个月时会相继消失。如果过了一定年龄还继续出现，反而是宝宝发育不正常的症状。例如，6个月以后的宝宝，不再出现巴宾斯基反射，物体接触脚掌时，代之以脚趾向内弯起，而不是成为扇形。

无条件反射是建立条件反射的基础。宝宝的各种心理活动，即用以应答外界环境刺激的条件反射，是在无条件反射的基础上建立的。

（2）动作发展的一般规律

宝宝动作的发展有其自身的客观规律。每个宝宝动作发展的顺序是遵循着客观规律的，每种基本动作发展的时间也大致相同。

①从整体动作到局部的、准确的、专门化的动作。宝宝最初的动作是全身性的、笼统的、弥漫性的，以后动作逐渐分化、局部化、准确化和专门化。比如，满月的宝宝受到痛刺激后，哭喊着全身乱动；3岁宝宝拿着笔认真画画时，不仅是手动，身体的动作、面部的动作也来帮忙等。



②从上部动作到下部动作（首尾规律）。宝宝动作的发展，先从上部动作开始，然后到下部动作。宝宝最早出现的是眼的动作和嘴的动作。宝宝先学会抬头，然后能俯撑、

翻身、坐和爬，最后学会站和行走，也就是从离头部最近的部位的动作开始先发展。这种趋势也表现在一些动作本身的发展上。例如，宝宝学爬行，先是依靠着手臂匍匐爬行，然后才逐渐运用大腿、膝盖和脚来爬行，即也服从“首尾规律”。

③从中央部分的动作到边缘部分的动作（远近规律）。宝宝动作的发展先从头部和躯干的动作开始，然后发展双臂和腿部的动作，再后是手的精细动作。也就是靠近中央部分（头和躯干，即脊椎）动作先发展，然后才发展边缘部分（臂、手、腿）的动作。这种从身躯的中央部位再到远离身躯中央的边缘部位的发展规律，即为“远近规律”。

④从大肌肉动作到小肌肉动作（大小规律）。动作可以分为粗大动作和精细动作。宝宝动作的发展，先从粗大动作开始，而后才学会比较精细的动作。粗大动作是指活动幅度较大的动作，包括抬头、翻身、坐、爬、走、跑、踢、走等。精细动作是指小肌肉动作，如吃、穿、画画、剪纸、翻书、穿珠子等。从四肢动作来说，是臂和腿的动作先发展，以后才逐渐发展起手和脚的动作。比如，婴儿先是用整只手臂和手一起去够物体，以后才会用手指去拿东西。动作发展的这种规律，称为“大小规律”。

⑤从无意动作到有意动作（无有规律）。宝宝最初的动作是无意的，以后越来越多地受到心理有意的支配。比如，初生宝宝已会用手紧握小棍，这是无意的、本能的动作，几个月后，宝宝才逐渐能够有意地、有目的地去抓物体。学前宝宝的动作最初是从无意动作向有意动作发展，以后则是从以无意动作为主向以有意动作为主的方向发展，即服从“无有规律”。

(3) 与心理发展关系密切的几种动作的发展

①宝宝大约在6个月的时候就能坐。宝宝能坐，可开阔其视野，接受更多的刺激。另一方面，宝宝能坐起来，使得其视线能自然落在自己的手上，有助于手眼协调动作的发展，使手逐渐成为认识的工具。

②宝宝在8个月左右就能爬。爬行需要用手支撑，锻炼了胸肌，对胸腔和呼吸的发展有积极意义。另外，更为重要的是爬是宝宝最先掌握的自由

移动身体的动作。爬对宝宝的交往能力、警觉性情绪、空间知觉特别是深度知觉等方面的发展均有益处。由于能够自己移动身体，宝宝可以自己主动靠近其想接近的人（如母亲）或物，而不是被动的等待，这样其独立性发展也较早。

③手是人进行活动的主要器官，也是人认识事物的重要器官。宝宝认识周围事物的能力在很大程度上是和双手动作的发展相联系的。手的动作从不灵活到灵活有其特定的发展规律。

3～4个月的宝宝，抓握物体还带有无条件反射的性质，即先天就有的抓握反射在这段时间里仍然影响着宝宝手的抓握动作。这种抓握的特点是没有目标，没有方向，偶然接触到什么就抓什么；其次，手指配合不当，拇指和其他四指方向一致，整只手弯起来，好像一个大钩子，无论什么物体，都是一把抓；另外，手的动作不能同视线协调起来，看见眼前的物体，伸出手却抓不准。

4～5个月时，宝宝开始出现了手眼协调的动作。也就是说宝宝在视觉引导下，能有目的地抓取物体，说明视力在很大程度上支配着双手活动。宝宝的感觉器官和作为手的动作基础的触觉、运动觉的发展，主要是在视觉的参加下实现的，手眼协调动作，即看见东西并能抓住它，也就是说眼睛控制手的活动，并把手准确地伸向物体所在的方位，可以作为宝宝心理发展的重要标志。

手眼协调和坐的姿势有密切的关系。坐起来时，宝宝的视线往往自然落在自己的手上，并且容易使手的活动范围和视线范围相一致，因此，当宝宝学会坐起来的时候，手眼动作就明显协调起来。

6个月后，大拇指的作用明显地发挥出来。 宝宝会把拇指放在物体的一边，其余四指放在另一边，这样不仅能把东西抓牢，而且可以按照物体的不同形状、大小变换手的姿势。也就是说出现了五指分工的动作，这样既有利于认识物体的特点，又可以捡起以前“大把抓”所不能拿起来的细小物体，精细动作开始出现。

随着年龄的增长，宝宝手的动作日渐灵活，出现了双手的配合活动。

半岁后，宝宝会把物体从一只手倒向另一只手。之前宝宝双手无法配合，左右手之间仿佛存在“神秘的中线屏障”。

从6～8个月开始，宝宝在同物体反复接触中，兴趣中心逐渐从自身的动作转移到动作的对象。这时他会将各种东西乱敲、乱撕或扔在地上，想以此来了解自己的动作能带来什么影响。这实际上也是宝宝较早的有意识的探究活动。这个年龄的宝宝喜欢做重复的动作，出现重复连锁的动作。例如，一个7个月的宝宝，把盒子盖子拿下来，盖上去，又拿下来，又盖上去，如此重复。这种现象不但说明他们对自己动作产生的效果发生了极大的兴趣，而且可以说是他们认识事物因果关系的开始。这些活动对于宝宝智能发育是非常重要的。

2.宝宝心理的发展

婴儿期是宝宝心理初步发展的时期，因而也是为以后的发展作准备、打基础的时期。

(1)亲子交往在宝宝心理发展中的作用

对宝宝心理发展起重要作用的是宝宝与父母的交往，即亲子交往。



宝宝心理发展，一不能随生理发展而自然成熟，二不能像小动物一样只依靠自身适应环境所取得的直接经验。宝宝的心理是在与环境的相互作用中，汲取人类历史上积累的文化财富而发展起来的。父母是文化的传播者，是文化的载体，如果宝宝不与父母交往，他的心理就很可能不能正常发展。

母子交往是宝宝心理发展的首要条件。在宝宝心理发展中，母亲起着非常重要的作用，因为母亲是他生理需要的满足者，也是宝宝与客观世界接触的中间人。如果剥夺宝宝与母亲的交往，使其失去形成亲子关系的可能，会给宝宝造成心理发展上的重大损害，主要表现在以下几个方面：

①宝宝失去与母亲的交往，也就失去了被爱和爱的权力。而爱这种情感需要，是促进宝宝心理发展的一种内部力量。同时，爱与被爱的体验，会使宝宝产生一种安全感，失去它，宝宝就会变得焦虑、烦躁、神经质，对这个世界产生恐惧。

②母亲是宝宝与客观世界的“中间人”。宝宝虽然具有反映现实的感知能力，但如果没有母亲抱他四处走动，没有母亲向他呈现各种刺激，宝宝所能接触的事物就会极其贫乏。而丰富的感觉刺激，是宝宝心理发展，特别是智力发展的精神营养。



③缺乏与父母的交往，宝宝的环境就变成了没有“应答性”的死环境。在这种环境中，宝宝的自发行为（如微笑、发声、手舞足蹈等）由于得不到父母的任何反应会逐渐减少，甚至消失。父母对宝宝行为的反应（应答）具有强化作用，长期得不到应有的及时强化，宝宝活动的积极性就会丧失，而且会因自己的“努力”毫无结果而丧失“信心”，形成被动、退缩的行为模式。

(2)宝宝交往行为的发展

在亲子交往中，宝宝并不是完全被动的。由于本能，宝宝具有一定的交往手段。因此，宝宝在亲子交往中是积极发动者、维持者、促进

者。例如，新生宝宝有一种微笑反射，这是由身体内部的舒适状态引起的无条件反射。当吃饱喝足了的宝宝在母亲怀中莞尔一笑时，母亲怎能不为之感动，怜爱之情怎能不油然而生呢？当然，严格说起来，这些本能反应并不是真正的交往。交往是交往双方的协同活动，包括沟通信息、相互作用、相互理解、建立感情等内容。而新生宝宝根本不理解自身行为的含义，也不能对父母发出的交往信息作出应答。所以还没有形成交往行为，但这些本能反应在母子关系中具有重要意义，是宝宝交往行为的基础。

新生儿末期开始出现明显的交往行为，称之为“天真活跃反应”，即当父母的脸出现在宝宝视野中时，宝宝马上停止活动，能与父母进行“眼睛对话”，即片刻的目光交流，并会微笑，手舞足蹈（这是一种条件反射，父母的脸成为引起舒适感的刺激物）。父母往往将其看做是宝宝发出的交往信号，同时给予回应。

半岁左右，宝宝开始主动与父母交往。当母亲不在时，宝宝已能自觉地发出各种信号呼唤父母，其中最常用的手段是哭。这时，宝宝的啼哭并非因饥饿或身体不适，只因无人理睬，妈妈只要把脸凑过来和他讲话，哭声就停止了。

6个月到1岁，宝宝交往的愿望更加强烈，交往的行为更复杂，同时会产生一种特殊的情感—依恋。

(3)宝宝认知情感的发展和言语发展的准备

宝宝有巨大的心理发展潜力，这种潜力是在与父母交往中被引发出来的。其中出现最早，发展最快，也是最先达到比较完善水平的是感知觉。另一种出现较早，对后来的发展影响很大的心理现象就是情感。宝宝先天具有与生理需要相连的情绪反应。新生儿末期，开始出现与交往等社会性需要有关的情感，从此，宝宝情感逐渐分化和复杂起来。同时，在与父母的交往中语言逐渐发展起来。与父母交往的需要，往往是宝宝学习语言的动力。语言首先是作为交往的工具，而不是思维的工具而出现的。

二、运动训练

此阶段的宝宝骨骼无力，神经发育还不完全，因而对宝宝的抬头、翻身等训练时间不宜过长，以免宝宝脊椎疲劳。但很多父母害怕把宝宝弄脏，不让宝宝随便抓东西；怕宝宝受伤，觉得他不翻身最好了；宝宝不乱动，这样最省心了，省得他磕了、碰了。宝宝从小保护过度，他就没有充分去活动、去探索、去学习，宝宝的能力就比较差，这会阻碍宝宝智力的发展。

1.宝宝每个月的运动发展要点

0～1岁是宝宝快速发育的时期，这个阶段宝宝的运动能力每个月都有很大的变化，父母要根据这些变化有针对性地进行训练，促进宝宝的身体发育。



(1)1个月

这个月里，宝宝睡眠的时间很多，清醒的时候，可以让他躺在床上，给他听听音乐转铃，和他说话，给他看颜色鲜艳的物体。大多数时候宝宝不会有任何回应，不用太在意。每天让宝宝练习抬头，让宝宝趴着，每次5分钟。

(2)2个月

这个月里，宝宝已经能够用眼睛捕捉移动的物体。可以给他健身架玩，最好是带音乐的。宝宝还不会伸手去触摸玩具。还有婴儿被动操，这时候也可以开始做了。被动操可以帮助宝宝伸展身体，练习翻身。

(3)3个月

继续做被动操，训练翻身。父母可以帮助宝宝翻过来翻过去。

(4)4个月

大多数宝宝可以翻身了，在翻身的时候要注意安全。

(5)5个月

宝宝在5个多月就应该学坐了。建议宝宝不要坐得太早，像是坐啊，走啊，根本是不需要训练就能自然学会的。

(6)6个月

多数宝宝已经可以坐稳。这个时期应该练习爬行，爬行是最重要的运动。练习爬行时，在地上铺上地垫，让宝宝趴着，一个人用玩具在前面引诱，一个人在后面推宝宝的脚掌。一般宝宝先是学会原地以肚子为中心转圈，甚至有的宝宝会倒着爬，一两个星期以后，宝宝就会向前爬行。一开始基本上是肚子贴地爬的。宝宝学会爬行之后，就让他多爬，不要怕地上凉或怕宝宝受伤，宝宝比你想象中强壮得多！当宝宝学会爬行以后，他有了更大的运动空间，可以发现更多好玩的东西，所以，不要阻止宝宝探知世界的愿望。

(7)7个月

还是爬行。可以用一条毛巾绑住宝宝的肚子，提起来帮助他肚子离地爬行。

(8)8个月

因宝宝大部分时间是自己在玩，所以他的运动可以说完全是自由发展。在地垫上和沙发旁边，他就慢慢学会了扶着沙发站起来，扶着沙发走路了。健身架也被他用来推着走路。

(9)9个月

在经过一段时间推着东西、扶着东西走之后，9个半月，宝宝应该可以自己向前迈步走了！刚开始是一步一步慢慢地挪，很快就可以自己大步大步走得很快很稳了，一连走七八步都没问题。只要一有机会就站起来，像个小企鹅一样摇摇摆摆在家里走。站和走不需要刻意训练，给宝宝创造环境（比如放在沙发边上），让他自然发展即可。

(10)10～12个月

这段时间开始学走路了，慢慢的就越走越好。刚开始学走路可能姿势有些怪异，比如腿弯不起来，外八字，慢慢就会纠正过来。在宝宝学走路的阶段，可以借助一些玩具帮助他进行动作训练，比如让他去追地上滚的球并且拣回来等。有些宝宝刚开始迈步走路胆子会比较小，要是摔了一次就再也不肯迈步，这时候也不要强迫他。

2.宝宝在运动发育敏感期的训练

如何充分利用宝宝不同运动的发育敏感期呢？这里为父母提供了相关的运动训练。

(1)0～3个月翻身期的训练

宝宝出生后的头3个月，父母会发现他不喜欢安稳地平躺在床上，他要尝试着变换姿势，从更多的方向来认识世界。父母可经常在不同的方位逗引宝宝，促使宝宝熟练地翻身。可能刚开始宝宝翻过身后抽不出手，父母可给予一定的帮助，慢慢地训练宝宝自己将手放好，灵巧地翻身，自由地选择姿势，为进一步的活动打下基础。

在宝宝空腹时，可以让他趴在床上，训练宝宝抬头；当宝宝能用双臂支撑上半身抬头时，可拿玩具在宝宝的头前、左、右摇动，训练宝宝转头和把头抬得更高，可以帮助宝宝练习翻身；妈妈也可以一只手摇晃玩具，逗引宝宝向一侧转头，另一只手则轻扶宝宝背部，帮他侧翻身。

(2)3～6个月坐立期的训练

经过了俯卧抬头、翻身等动作的训练，宝宝颈部、前臂、腰部等处肌肉力量逐渐增强，改变姿势的要求也越来越多，此时可试着将宝宝拉坐起来。在仰卧位时，父母抓住宝宝的双手，让宝宝自己用力，父母仅稍稍用力帮助，将宝宝拉至坐位。刚开始时可以用另一只手扶着婴儿头部坐起来，再让其躺下。如果宝宝头能挺直不向后倒，则渐渐放开手不去扶宝宝的头。

这期间还可以训练宝宝蹲跳。妈妈坐在椅子上，两手扶着腋下，让宝宝站在妈妈大腿上，一边说“跳一跳”，一边将宝宝提起，再放下，以锻炼宝宝双腿的支撑力。

(3)6～9个月爬行期的训练

6～9个月的宝宝进入爬行阶段。爬行时用手腕支撑身体重量，可以锻炼手腕的灵活性，这对宝宝拿汤匙吃饭、拿笔涂鸦都有帮助；爬行还可使膝、臂动作协调，四肢关节的灵活度增高。学习爬行的初期，宝宝会以手肘撑着身体，腹部贴在地面，匍匐前进，爬行速度十分缓慢。9个月大时，身体才能慢慢离开地面，采用两手前后交替的方式，往前爬行。



父母可以让宝宝趴在硬床上，把他喜欢的玩具放在伸手可及的地方，宝宝跃跃欲试，想向前爬，这时妈妈可以用手掌托顶宝宝的脚底，帮他向

前取玩具。

(4)9～12个月行走期的训练

9～12个月时，宝宝要站起来了。一般宝宝在8个月左右，可经扶持慢慢站立，9个月时能攀扶家具站立，到了10个月大时就可独自站立了。站是走的前期，宝宝学会了站再学走，活动力会比直接学走增加几倍。

9个月时，可以训练宝宝扶栏站立。把宝宝放在围栏内，宝宝为抓取栏上挂着的玩具，自己会扶着栏杆站起来，并挪动脚步；10个月时，可以训练宝宝站立和向前迈步；父母可双手扶着宝宝腋下，帮助宝宝站稳后，慢慢放开手。

3.父母注意事项

在宝宝的运动能力训练方面，父母要注意以下三点：

第一，不可拔苗助长。很多妈妈都希望宝宝快快走路，很早就给宝宝坐学步车，并且强行让宝宝站起来行走，这是不科学的。学走路应该是顺其自然的，不可强迫。

第二，要敢于放手。很多老人都喜欢一直把宝宝抱在怀中，久而久之，宝宝养成了依赖长辈怀抱的习惯，对运动能力的发育也不利。

第三，鼓励宝宝。当宝宝独立完成了一个新动作，及时给他鼓励，不要以为宝宝太小不懂，其实小家伙心里明白着呢。

三、教育与认知能力训练

在宝宝出生的第一年里，父母通过艰苦的努力和不断尝试，终于开始了解宝宝了：什么使他高兴，什么使他哭闹，什么能让他快点睡着……但是你知道吗，与此同时，宝宝也在试图做着同样的事去了解与他朝夕相伴的父母。这个时候就要开始宝宝的认知能力训练了。

下　篇

早　教　之　旅

1.认知能力发育全程

宝宝的认知能力有一个发育的过程，父母应该了解一下。

(1)0～1个月

①能够注视妈妈的脸10秒左右。测试宝宝的专注能力。新生宝宝最喜欢妈妈的脸；黑白对比强烈和比较复杂的图画；条纹、波纹及棋盘等几何图形。

②听到一侧有摇铃发出的响声会转过头看。测试宝宝的听力。新生宝宝喜欢听柔和优美的音乐，玩具的声音也不可过于刺激。

③看妈妈从远处突然转移到面前的手会眨眼。测试宝宝的视力。眨眼是一种本能的自我保护，宝宝的居室应该有色彩鲜艳的物品。

(2)1～2个月

①会对着喜欢的图画笑，不喜欢的扫一眼即过。测试视分辨能力。妈妈应该每天带宝宝看画，并边看边讲，引起宝宝的兴趣，为诱导宝宝认物做准备。

②头和眼同时转动180°，追踪红色玩具。测试追视能力。可将红色玩具放在宝宝面前的上方、下方或慢慢转圈，训练宝宝头颈运动与眼的协调，扩大视野。



(3)2～3个月

①一见到妈妈便能主动投入其怀抱。测试辨认与记忆的能力。在此基础上宝宝会逐渐建立与妈妈的依恋，妈妈应尽可能多与宝宝在一起，满足其心

理、感情需要。

②能上下左右的追视眼前移动的玩具。测试追视能力。说明宝宝两侧眼肌能互相协调，头颈运动与视觉协调，也能培养视觉集中能力。

(4)3～4个月

①能看着一个球从桌子这头滚到那头。测试远距离追视能力。经常让宝宝注视移动较远的物体，如汽车等，可以训练宝宝的注意力，扩大视野和认知范围。

②能够立刻发现白纸上的一粒红色扣子或小丸。测试视分辩的精确性。宝宝能看到细小物品，进一步练习会加强他的分辨能力。

③听胎教时听过的音乐会微笑入睡。测试听觉记忆力。多听音乐能增进宝宝的听力，还能调整情绪。

④对父母及照料自己的人很亲热。测试辨认记忆能力。应该积极利用这一能力，让宝宝认识和接触更多的人或物。

(5)4～5个月

①物体的名称时会找到目标。测试认物能力。当宝宝学会认第一种物品时，这表示他已经开始有学习的能力了，这时还要让他练习用手去指那些物品。

②听到东西掉在地上的声音会看地面去找。测试听声寻物的能力。说明宝宝已经能够利用听觉和视觉联系起来去寻找了。

(6)5～6个月

能够用眼看父母说的两种物品。测试认物能力。从宝宝最关注、最感兴趣的物品学起，鼓励他用手指。

(7)6～7个月

①正在玩的玩具被人拿走会尖叫乱动表示反抗。测试观察能力。宝宝周围的玩具不能过多，可多次重复，并在同他玩时当面将玩具藏起来以引起他的注意。

②会用手指或用眼看3种父母说的物品所在的方向。测试认物能力。应该观察宝宝的兴趣，选他喜欢的物品先教，还要经常“复习”。

(8)7～8个月

①听到父母说一个身体部位会作出相应的表示，如听到“眼”就挤眼等。测试认识自身的能力。可以让宝宝先认他喜欢的部位，经常让宝宝照镜子，认识身体部位，让宝宝理解语言和记忆词汇。

②找到藏住大半的玩具。测试观察能力。说明宝宝能观察到物体的细小部位，这种练习可以从玩“藏猫猫”开始。

③听指令把物品给两个熟悉的人。测试认人的能力。说明宝宝已听懂称呼所指的人，用动作去完成任务，注意平时对宝宝及家人的称呼应统一。

(9)8～9个月

①能按父母的吩咐拿4种玩具。测试认物能力。说明宝宝已经能记住玩具名称，听分辨、听记忆、视观察和手的动作都配合得很好。可以进一步扩大认物的范围。



②能认识两处身体部位。测试认识自身的能力。由于宝宝的手指不太灵活，五官相对较近，有时他会有动作表达，如张嘴、皱鼻等。

(10)9～10个月

①能认识4处身体部位，并能细化手部的名称，如大拇指等。测试认识自身的能力。说明宝宝的记忆力良好，继续用镜子、娃娃等教他。

②一根绳上有玩具，一根绳上没有玩具，宝宝知道直接去够挂在绳上的玩具。测试预测能力。继续训练宝宝通过拉绳取到玩具，并给予多次示范。

(11)10～11个月

能按父母的吩咐找出3张图片。测试图物相配的能力。用相应的实物与图片对比，使宝宝理解图是代表一种实物，可从他喜欢的物体开始，如动物、水果等。

(12)11～12个月

①能认识5处身体部位。测试认识自身的能力。说明宝宝的认知和记忆能力良好。练习时可以通过口令让宝宝指自己或别人的身体部位。

②能听吩咐指出动物、水果、用品等6张图。测试理解能力。说明宝宝对听的理解能力良好，为了扩大宝宝的视野，可经常带他到外面认识更多的事物。

2.认知能力培养策略

认知能力是指人脑加工、储存和提取信息的能力，即人们对事物的构成、性能与他物的关系、发展的动力、发展方向以及基本规律的把握能力。它是人们成功完成活动最重要的心理条件。知觉、记忆、注意、思维和想象的能力都被认为是认知能力。

宝宝的视觉追踪、印象探索、把物品放进嘴里等早期行为就是最初的认知和学习。在宝宝的认知能力中，感知觉是最先发展的，在认知活动中起主导地位，体现了宝宝期感觉智慧的特征。

婴幼儿的认知能力的发展是先天适应能力以及后天习得能力相互交织的结果。随着宝宝年龄的增长，父母要有意识的培养宝宝的认知能力，训练宝宝的认知能力能够提高宝宝的算术能力、想象能力、观察能力以及对自然的辨识能力，为宝宝全面能力的发展打下基础。

(1) 新生宝宝认知能力训练

①与视感知相关的训练。清醒状态下，宝宝仰卧在床上，父母拿着红色绒线球距离宝宝15厘米左右，慢慢抖动，使毛线球进入宝宝视线，然后慢慢左右移动，引导宝宝跟着红球转动。训练宝宝追视红线球时，如果视线中断，父母应稍停片刻，再重新拿着红色绒线球，等待宝宝视线再次注视毛线球后，慢慢从中间移向左边或移向右边。

妈妈用自己的脸引起宝宝的注视，妈妈把脸慢慢地移向左，再慢慢地移向右，引导宝宝用眼睛追随着看妈妈脸的方向，并逐渐引导宝宝仰起脸向上方追视。

追视训练注意事项：每次追视训练时间不能过长，一般1～2分钟左右，否则容易引起宝宝视觉疲劳；新生宝宝眼睛和追视的玩具的距离为15～20厘米。

②与听感知相关的训练。刚出生的新生宝宝由于中耳鼓室尚未充盈空气，加上外耳道中可能有少许羊水，因此听力相对稍差，出生后24小时的新生宝宝对声音的刺激已有反应。



父母手拿能发出声响的玩具如摇铃或各种形状的吹塑捏响玩具，摇动时要注意观察新生宝宝的反应，以调整玩具与新生宝宝耳朵的距离。

父母应有计划地运用各种响声的玩具，每次使

用一种玩具，让新生宝宝接受各种声调、各种音量、各种频率的声音刺激，促进听觉发展。在新生宝宝清醒状态下，父母在宝宝耳边轻轻地有节奏地摇动玩具，玩具发出响声引导新生宝宝作出向声音方向的转头反应。每天训练3次，每次数分钟。

新生宝宝对声音刺激发生的反应有：呼吸节奏改变、呼吸短暂停顿，吸吮节奏变化、吸吮暂停，哭声停止，眨眼，张嘴，四肢肌肉收缩如攥紧拳头等。

(2) 1～3个月认知能力训练

①与视感知相关的训练。1～3个月的宝宝视力有所增强，能看见60厘米以外的物体。此期的追视训练对促进视觉发育也很重要，可以根据宝宝的具体情况扩大追视训练的范围。

可以这样进行宝宝的追视训练：宝宝仰卧在床上，父母拿着红色绒线球，使其进入宝宝视线，然后慢慢左右移动及上下移动，让宝宝的眼睛跟着左右和上下转动。1个月的宝宝眼睛能跟随移动的红球到中线，2～3个月时宝宝眼睛能逐渐跟过中线。宝宝视线能跟过中线后，要训练宝宝视线的上下移动。经过训练，宝宝的视觉能得到较好的发展。

训练视线上下移动：红球放在宝宝眼睛正前方，引起宝宝注意，慢慢移动红球到额头上方并回到正前方。再将红球移到宝宝胸前，并慢慢回到正前方。当宝宝的视线能跟过中线并能上下移动时，要扩大视觉训练范围。先将红球放在宝宝眼睛左侧，引起宝宝注意后，慢慢移动红球通过正前方到右侧。

利用妈妈的脸、条纹图形画、人的脸谱画及带响声的玩具进行宝宝追视训练。训练时先让宝宝注视到画面，再慢慢地移动画面，使宝宝的视线能跟踪。

婴儿“视觉集中”能力优于新生儿，但也要注意：每次追视训练的时间不应超过5分钟；宝宝眼睛和追视的玩具的适合距离为20～30厘米。

②视感知训练游戏：发展视觉和注意力。看脸谱：父母将脸谱画挂在自己脸上（留出眼睛），脸谱画与宝宝面对面相距30厘米，引起宝宝对

脸谱画的注视后，父母说：“我是一个大宝宝！”

看看是什么：用硬纸片画黑白线条或几何形状，或靶心图，宝宝此时对黑、白反差大的图片更有兴趣。将图放在距宝宝眼睛20～30厘米处，让宝宝注视数秒。

相看两不厌：妈妈抱着宝宝，面对面说话。宝宝看着妈妈的脸，妈妈把脸移向一边，让宝宝的眼睛随妈妈左右来回移动。

③与听感知相关的训练。进一步训练宝宝的听觉。应有计划地利用可产生各种声调、各种音量、各种频率的发声玩具，将各种玩具交替使用，反复使用，以促进听觉发展。可在宝宝耳边有节奏地摇动玩具，玩具发出响声引导宝宝作出转头反应，可以根据宝宝的反应调整耳朵与声音的距离，并调整声音来源的方位。



在生活中，通过和宝宝说话、朗读儿歌、唱歌、拍手、踏脚和学动物叫等方法，训练宝宝对各种声音、各种音调和各种频率的反应，以促进听觉发展。

④听感知训练游戏：训练宝宝的听觉，培养语感。

寻找声源：爸爸抱着宝宝，妈妈站在宝宝身后左边，大声说：“妈妈在这里！”引导宝宝左转头寻找声源。再以同样方法引导宝宝右转头寻找声源。

读歌谣：妈妈将宝宝抱在怀里，轻轻地摇，然后口中唱儿歌："摇啊摇，摇到外婆桥。我给外婆行个礼，外婆夸我好宝宝。"不管宝宝懂不懂，只要他在听就行。

(3) 4～6个月认知能力训练

①与视感知相关的训练。4～6个月的宝宝活动能力和范围有了明显提高，视野更加扩大，对周围环境事物开始感兴趣，有了探索周围世界的强烈动机，是培养认识能力的好时机。在宝宝追视训练的基础上，要开始训练宝宝对物体的注意能力。此项训练对促进视觉发育也很重要；可以根据家庭及宝宝的具体情况进行训练。宝宝仰卧在床上，父母将玩具较快引入宝宝视线，必要时抖动玩具，引起宝宝注意，然后很快将玩具拿离宝宝视线。一旦宝宝表现疲惫就要停止。

将爆米花、小糖丸等较小的物品放在桌上面，抱着宝宝，使宝宝眼睛与物体距离30厘米左右，可用手指拨弄物体逗引宝宝，训练宝宝的注意能力。

找豆豆：妈妈抱着宝宝坐到桌子边，爸爸坐在对面，爸爸以夸张的动作拾起桌子上的豆子并大声说："我找到小豆豆了！"引导宝宝对较小物体的注意。

找铃铛：爸爸抱着宝宝，妈妈站在宝宝身后左侧摇响铃铛，引导宝宝左转头寻找声源。再以同法在其身后右侧摇响铃



铛，引导宝宝右转寻找声源。或者一人抱着宝宝坐在桌子前面，训练者坐在宝宝对面，训练者手拿一个物体在桌上敲，响声吸引宝宝注意后，突然将物体掉到地上，引导宝宝寻找。

寻找失落的玩具训练，就是让宝宝了解物体始终存在，所以应当引导宝宝去寻找掉到地上的物体，为了让宝宝学习去探索，不要急于告诉宝宝答案。

灯灯不见了：父母把台灯拧亮又拧灭，吸引宝宝的视线落在灯上。再次熄灭灯说："灯不见了！"扶着宝宝小手摸摸灯，突然拧亮灯："灯在这里！"

寻找灯的游戏，是要使宝宝把声音和发亮的物件联系起来，以后再说灯时，宝宝就会用视线去寻找灯。各种寻找物体训练，可促进宝宝认识水平的发展。

②与听感知相关的训练。平时无论做什么事都对宝宝边做边说，特别是宝宝日常接触的物体。经常看到的物体均用语言强调，如"奶""奶瓶""灯""电视机"等。

训练宝宝逐渐熟悉常见物体的名称，或教宝宝观看这些物体，逐渐地将这些名词和物体联系起来。在训练时要注意使用简洁正规的语言，以免误导。

照镜子：在宝宝照镜子时，要一边和宝宝说："看看，这是宝宝，这是眼睛，这是嘴巴……"让宝宝看自己身体的部位，再看看镜子里的宝宝。

该游戏是通过宝宝各种感知觉和动作语言相结合，提高宝宝的认识能力，通过让宝宝观察周围环境来发展宝宝的认识能力。这种训练应在平时的生活中进行。

宝宝哪里去了：将宝宝抱到镜子前，先告诉宝宝："这里有个宝宝。"突然把宝宝抱离镜面，问："宝宝哪里去了？"每次游戏时，这个动作应重复数遍。

(4) 7～9个月认知能力训练。

①与视感知相关的训练。将爆米花、色彩小丸分别装入几个小口小瓶内，小瓶放在桌上，宝宝坐桌边，父母鼓励宝宝对每个瓶中物体进行观察，并注意变化小瓶摆放的顺序。父母摇摇小瓶，引导宝宝对瓶中小物体的注意。鼓励宝宝："把它'取'出来！"

在桌上放只小铃铛，宝宝坐桌边，当宝宝拿着铃铛玩耍时，父母应引导宝宝注意铃铛的铃舌，在引导宝宝时不要以语言提示，要用手的动作去提示。

给宝宝一个布娃娃，让宝宝指认布娃娃的鼻子、耳朵、嘴巴、眼睛和眉毛等；并让宝宝观察头绳、衣服上面的扣子、花边、蝴蝶结等细小的装饰品。

宝宝坐在桌子前面，父母坐在宝宝对面，用一个金属汤匙敲打桌面，边敲边移动汤匙，移到桌边时，放开手汤匙自然落地，让宝宝用眼睛去寻找汤匙。



要充分利用室外的自然环境让宝宝进行各种游戏活动。父母可以抱着宝宝或用小推车把他带到公园去，看看公园各种颜色鲜艳的花朵、各种动物。具有色彩或处于动态的自然景色，特别能引起宝宝注意，如飞舞的彩蝶、蜻蜓，在水中游动的色彩斑

斓的金鱼，宝宝常常会专注它们并表现出愉悦的表情。让宝宝看太阳、月亮，看彩虹、看云，看下雨，看飘扬的雪花等自然景观，这些活动可以促进宝宝感知觉的发展，有益于宝宝的身心健康与智能发育。

宝宝好奇心极强，非常想了解房间里的每个角落，对所有家具的细节和日常生活用品都有兴趣。父母应该满足他们的兴趣，鼓励他们在房间里有“新的发现”。

认识玩具是训练初步的记忆力的好方法。父母把球、积木、娃娃、画册等放在桌上。父母讲出玩具的名称，让宝宝伸手拿出对应的玩具，应反复训练。

将宝宝经常玩的玩具拿出来，用手挡住宝宝眼睛，把玩具换个地方，再让他找这个玩具。这种玩法需重复五六次后，宝宝才能较好地完成“寻找物体”。

走动的玩具：准备一件电动玩具，打开表演给宝宝看。看着电动玩具自己在地上走来走去，宝宝会很高兴。游戏时要注意宝宝的反应。

找娃娃：当着宝宝的面用纸把布娃娃包起来，交给宝宝，问：“娃娃哪儿去了？” 第一次宝宝通过翻开纸或撕破纸去找到娃娃。重复训练后，达到从纸包取出娃娃。

②与听感知相关的训练。准备一本书和一张纸，在地上画一个圆，让宝宝分别将书和纸扔到圆里面。让宝宝体验：书重重地落在地上有响声，纸没有响声而且落到较远处。

在玩具箱旁边，妈妈清晰地讲出每件玩具的名称，让宝宝把玩具一样一样交给自己。如果宝宝一时不理解，妈妈就把玩具拿出来并讲出玩具的名称。

宝宝会坐后，为宝宝准备一个童车，在车上系一些宝宝喜欢的质地柔软的玩具或图画，让宝宝坐在车里玩，这可以训练宝宝坐的动作，还可以同时训练手的动作。也可以利用有栏杆的小床，并且在小床上放置一些玩具，例如小摇铃、捏响玩具等，让宝宝坐在小床上玩，注意每天坐的时间不要太长。当宝宝坐在车里玩的时候，父母不能光顾自己干活而不理睬宝

宝，要多和宝宝说话交流，指导宝宝玩玩具。当宝宝表现疲惫的时候，要抱起宝宝。

如果家里住房面积较大，应专门为学会翻身的宝宝开辟一个游戏环境，准备一些合适的玩具，如抓握玩具、音响玩具、敲打玩具、会动的玩具等，让宝宝进行各种游戏活动。

游戏：听音乐（训练听觉和节奏感）。给宝宝听的音乐要舒缓、优美，流行歌曲、摇滚乐都不适宜。妈妈应该选择节奏鲜明的音乐，抱着宝宝一起听，身体可随着音乐一边舞动，一边打拍子。

③兴趣培养。8～9个月的宝宝对自己周围的物品开始充满好奇心，把物品和玩具放到嘴里，或用手去抓摸和拍打，这些动作是提高宝宝认知能力和培养兴趣的途径。

兴趣是一种非智力因素，但它却是宝宝学习新知识、认识新事物，探索外部世界的动力。要利用宝宝好奇心的特点，培养宝宝广泛而又浓厚的兴趣。由于宝宝感知觉、语言和运动能力的提高，其视野和活动范围得到进一步扩大，要利用这个特点，多为宝宝提供和环境、物品、人物等接触的机会。多给宝宝提供色彩丰富的图书、卡片等，引导宝宝反复地翻看，这不但能促进宝宝视觉发育，提高他的认知能力，还有助于培养宝宝看书的兴趣。多给宝宝听音乐和儿歌，学习表演、舞蹈动作等，不仅有利于语言、动作的发展，还可以促进宝宝情绪的发展，同时也培养了宝宝对音乐舞蹈等的兴趣。

(5) 10～12个月认知能力训练

宝宝爬、立和走技能日益增强，喜欢满屋子到处探索周围环境。这时要给宝宝营造一个相对独立的“游戏乐园”，以满足宝宝的好奇心，鼓励宝宝当小小活动家。比如让宝宝坐在桌边，桌上放一色彩鲜艳的玩具，让他玩一会儿。然后妈妈用一张纸将玩具挡住问：“哪里去了？”引导宝宝站起来，伸手去“移纸取物”。或准备一只杯子和大、中、小3个盖子，中号盖子正好能盖在杯子上。先教宝宝盖杯子的动作，然后把3个盖子都给他，叫他“看看用哪个盖子能把杯子盖好”。

下　篇

早　教　之　旅



应经常带宝宝到大自然中去，观察自然界中的现象。例如“观察太阳”：注意将早上的太阳、中午和晚上的太阳各用一句话加以形容，并让宝宝体会。具有色彩的或处于活动状态的人物都能引起宝宝的注意，带宝宝看马路上各种车辆和行人，让他了解父母、小孩、男人和女人，活动的人和站立的人。观察自然景物也是很好的训练内容。可到公园去看各种花草、树木，看下雨、下雪，到田野里去观察水稻、玉米、小米以及各种蔬菜等，引导宝宝思考。父母要观察宝宝对哪些物品和现象特别感兴趣，并就多给他提供一些机会让他去探索，同时给予相应的指导、帮助和鼓励，提高宝宝探索自然的兴趣。

音乐、儿歌、图画等艺术的表现形式具有形象、直观、生动的特点，非常符合10～12个月宝宝的认知特点，父母应为宝宝创造一个富有艺术氛围的环境。应在宝宝的床头、居室悬挂和张贴各种美丽的画片，平时也让宝宝多看一些各种颜色和形状的图画、卡片，来促进他视觉的敏锐性和对色彩的敏感性。从10个月起，宝宝表现出不同的爱好，有些宝宝对交通工具图片感兴趣，有的对各种动物图片感兴趣等，各种图片和照片是教宝宝认识事物较好的工具。许多宝宝不喜欢玩现成的玩具，却喜欢玩弄家庭用品，如餐具和清洁用具。在可能的情况下，可以尽量满足宝宝的要求，别

伤害宝宝正在萌芽的自尊和自信心。

四、宝宝咿呀初学语

和宝宝交谈在其成长的最初阶段是十分重要的。宝宝在会说话之前对于声音的敏感度最强。宝宝在出生后对于母亲的声音的敏感度超过其他任何声音。宝宝的这种对于声音的分辨能力有助于其语言的培养，特别是对母语的学习。

1.语言能力发展

语言不仅是交际的工具，也能促进智力的发展。在生命开始的第一年里，宝宝的语言能力发展经过如下：

(1)简单发音阶段（0～3月）

这个阶段的宝宝对语音很敏感，具有一定的辨音水平，一开始会发出“a，ei，ou”等音，然后发出其他简单的辅音，如“e，ai，hai”等。与父母“交谈”时，宝宝会发生交际倾向，并作出相应反应。

(2)连续发音阶段（4～8月）

这时宝宝发出的辅音更多了，发音内容大多是以辅音和元音相结合的音节为主，并且出现了连续的发音，比如“baba，mama，dada，nana”等。父母经常误以为这时的“baba，mama”是宝宝在叫父母，也有不少妈妈认为宝宝最早叫的是“爸爸”，因此心情低落，其实这完全没有必要。

(3)学话阶段（9～12月）

这时宝宝不同的连续音节明显增加，近似词的发音增多。开始模仿父母发音，把词和对应的事物联系起来，进而对词义产生理解。有些宝宝还会说出一些真正有意义的单词，这标志着他已经会开口说话。此时宝宝所选择的最初几个词语肯定是他经常接触、对他来说非常重要的，比如妈

妈、爸爸、球等。

2.语言能力开发密招

无论父母和宝宝在做些什么，都能激发他的语言发展。宝宝身处的语言环境十分重要。其实语言环境的创设并不是刻意的，在日常例行的活动中，就有很多教宝宝学习说话的机会，父母要做的是“花时间”。

①父母在照料宝宝吃喝、陪伴宝宝玩耍时都能教宝宝说话；也可以对宝宝说说自己正在做的事情，对宝宝说当下正在发生的事，这是为了让宝宝把他看到、听到、摸到、闻到、尝到的东西和父母所说的话联系起来。这些例行的活动，有的甚至每天都会发生，在不断的重复中宝宝发展着他的理解能力。

②对宝宝说他感兴趣的东西。把宝宝抱在怀里，即便只是在房间里随处转转，他也会对某些东西表现出想了解的倾向，这个时候父母就可以用语言为宝宝介绍。



③随着宝宝会坐、会爬以后，可以探索的范围更为广泛了。当他坐着把玩某样东西时；爬着四处翻看东西时都可以顺着宝宝的“思路”对他说话，和他互动。

④只要宝宝在听，就可以不断和他说话、和他玩，父母要注意语言和身体姿势都要聚焦在他正在注意的东西上，不要岔开话题说其他事。

⑤父母应注意观察宝宝的反应，他会用微笑或肢体语言告诉你——他是否很享受和你的互动。如果他表现出不开心，或者疲倦了，父母应该就此打住，不要强迫宝宝做他不喜欢、没兴趣的事情。

⑥读懂宝宝的意思。在宝宝还不会说话以前，会经常使用非语言的姿势去表示愿望和需要。

在1岁以前，宝宝通常采取“指向”“给予”“展示”“求助”等身体姿势与发声示意相结合来做某种表达。这时候，也是同宝宝互动的好机会，父母代替宝宝说出他此刻用姿势表达的话，也能很好地发展宝宝的语言理解能力。

要了解宝宝的意思其实并不难，多把注意力放在宝宝身上，倾听他的“咿咿呀呀”和咕哝，同宝宝交流时要注视他的眼睛，面对面能够更好地沟通。

多多呼唤宝宝的名字。宝宝发“啊啊”“呜呜”时，妈妈可以立刻回应宝宝“宝宝想说话啊”。妈妈高兴倾听，宝宝会更想说话。

⑦每天固定的经典时间建立宝宝的语言品位。教宝宝说话，除了保证宝宝每天听到一定数量的词汇，还要注意输入语言的质量。高质量的语言就是那些经过提炼、加工的书面语言。

每天可以固定一个时间，把宝宝抱在怀里，一边和他一起看图画书一边念给他听。这些规范化、具有韵律且优美的语言会在宝宝的大脑里留下印象。随着时间的推移和不断渗透，虽然宝宝不能完全理解其意思，但能帮助宝宝逐步建立语言方面良好的品位。

在给宝宝念图画书、诗歌、童谣的时候，父母都会特别注意自己的语音、语调。这对发展宝宝的听力、发音也很有好处。

图画书中的东西可以是平时生活中接触不到的，给予宝宝新刺激，增加新的词汇；也可以是平时经常接触的东西，帮助他建立联系，他也会因为认识图片上的事物而高兴，从而激发他进一步学习。

⑧说笑逗引。抱起宝宝，与宝宝面对面，用愉快的口气和表情与他说笑、逗乐，使宝宝发出啊、呃、呀声或笑声。父母在模仿发音时应有相应的动作，如抱着他摇晃或者把脸贴在宝宝的脸上等。为了更能引起宝宝的注意，父母有时可以夸大口型，因为夸张的口型更能引起宝宝的注意。

⑨玩具逗引。用宝宝喜欢的玩具、图片逗引他发音，一旦他兴奋地手舞足蹈时，就会发出啊、呀声。

⑩户外活动逗引。在户外活动，遇到宝宝感兴趣的人和物，他也会高兴的咿呀作声。一旦逗引宝宝发出了咿呀声，父母就要富有感情地称赞他、触摸他，与他你一言，我一语地交谈。

⑪帮助宝宝倾听。宝宝是从“听”中学说话，也必须学会听。听辨各种声音的不同也和说话能力密切相关。父母可以随时提醒宝宝注意周边环境中的声音。比如：时钟的声音、拍手的声音等，父母还可以敲击不同材质的东西让宝宝听一听。



⑫给宝宝听音乐，特别是古典音乐，这可以促进宝宝的语言发展，特别是语言理解能力，因为掌管语言理解力与音乐理解力的大脑区域是同一个区域。早早让宝宝聆听、接触品质好的东西，耳濡目染，不断渗透，可以为宝宝日后的良好语言品位奠定基础。

五、让宝宝听音乐

音乐不仅传递着人类感情的重要信息，而且对神经系统能产生良性刺激，并有调节神经功能的作用。让宝宝听音乐，能促进宝宝的情感发育，挖掘宝宝的音乐潜能，提高宝宝的艺术素养，让他的人生充满色彩。

1.听音乐很重要

0～1岁的宝宝音乐教育的作用，一是精神的教育，以旋律优美动听、生动活泼、情趣高雅的音乐，去陶冶宝宝的性情和品格，调节情绪，丰富情感；二是智力的教育，以优美动听的音乐，去影响、锻炼宝宝的听觉，促进听觉能力的发展。给宝宝听音乐，音乐的音响质量要纯净、清晰，不要有杂音。无论有人唱歌给宝宝听，还是听音乐，都要音调准确，不准确的音调，会损伤宝宝的听觉辨别能力。

开始给宝宝听音乐的时候，应当选择著名的优秀的音乐作品，曲目类型可以不限，无论是交响乐还是钢琴曲、歌曲，只要有优美的旋律，高雅的格调都可以。妈妈应该多用音乐来配合宝宝的活动，调节情绪变化。

在父母的悉心照料中，宝宝就能在音乐的海洋中，健康快乐地成长。当宝宝要入睡的时候，给宝宝听安静柔和的摇篮曲，使他的情绪安定舒适，渐渐地入睡。听习惯了以后，到了该睡觉的时候，一放音乐，他就能安静地很快入睡。当宝宝情绪烦躁哭闹的时候，给他听愉快活泼的音乐，转移他的注意力，使他转哭为笑。给宝宝喂奶的时候，可以给他听优美活泼的音乐，使他情绪愉快，吃得香甜。父母在给宝宝听音乐时应注意几点：

⑴节奏慢一些

最初为宝宝选听的音乐作品，速度以中等或稍慢的速度为宜，乐曲内部情绪变化起伏不要太大。

⑵曲子要短一些

一次连续给宝宝听音乐的时间，一般以不超过15分钟为宜，休息几分钟再听。

⑶音量弱一些

播放的音量要适中或稍弱，较强的音量，长时间地听，会使宝宝的听觉疲劳，甚至损伤听觉能力，千万不可大意。



⑷多反复

在1～2个月内，反复听2～3首曲子，使宝宝有个识记过程，以便加深印象。

⑸不要说话

妈妈可以在听音乐前对宝宝说些引导语，但在听音乐的过程中不应说话打扰宝宝。

2.开发宝宝的音乐智能

音乐智能是宝宝最早出现的智能，是最先被敏感的父母发现的智能。

在宝宝出生之后，如果在睡前播放以前听熟了的胎教音乐，宝宝就能很快入睡，容易养成良好的昼夜作息规律。那么，在宝宝出生之后，应该如何继续开发音乐智能呢？

(1)听熟悉的音乐

胎教时听过的音乐一定要复习，并注意观察宝宝出现的亲切表情。父母也要定时给宝宝唱歌，复习他听熟了的音乐，保持胎教养成的良好影响。如果不复习，那些听熟了的记忆可能会在6个月后丧失。

(2)不同的情景听不同的音乐

给宝宝洗澡时播放欢快嬉笑的乐曲；同宝宝一起在嬉笑逗乐时播放欢快游戏的歌曲；带着宝宝在小车上逛公园时，播放歌颂春天的歌曲；看到宝宝们跳舞就播放舞曲等，使宝宝有多种视听同时出现的感受，以丰富情景与音乐的联系。

(3)做被动操时播放固定的音乐

在给宝宝做被动操时，每次做某一段体操就播放同一段音乐，使宝宝记住放哪一段音乐要动手，哪一段音乐要动脚，哪一段音乐要趴下抬起头来等。逐渐的，宝宝会听某一段音乐自己动手，再听另一段音乐自己动脚，由被动操慢慢变成听音乐的主动体操。

(4)多鼓励发音

在宝宝高兴时，把他发出的声音录下来，反复播放，就会使他多发音。日常生活中有许多声音，如水龙头冲水的声音、风吹动树叶的声音、猫叫和狗叫声等，可以录下来再次播放，并让宝宝模仿。

(5)玩音响玩具

宝宝喜欢能发出声音的玩具，如花铃棒、小铃铛、八音盒、能发声的不倒翁、小兔子打鼓、音乐旋转盘等音响玩具，尤其喜欢自动播放儿童歌曲的八音盒，宝宝自己会努力学会操纵它，让它随时给自己播放音乐，使自己熟悉这些音乐。

(6)定时听古典音乐

家庭中要有固定的听古典音乐的时间，每天10～15分钟，可选择简

短、明快、安详的音乐。男宝宝更喜欢热情奔放的音乐，如舒曼的《快乐的农夫》，莫扎特的《土耳其进行曲》，米查姆的《巡逻兵进行曲》和贝多芬的G大调小步舞曲等。

(7)亲子律动

父母抱着宝宝按着节拍做律动或者跳舞，在轻柔的音乐伴奏下，带着快乐的表情随着音乐转来转去，有节奏的身体起伏扩展了音乐的效果，使宝宝犹如腾云驾雾，在轻飘飘的在乐声中荡漾，既增进了亲子感情，也培育了宝宝欣赏音乐的爱好，这是家庭中最温馨、最美好的时光，如果父母同时参加，宝宝在两人之间按着音乐传递，则更能共享天伦之乐。

(8)敲击节拍

在欣赏音乐时，宝宝经常会不由自主地摇动身体，或者动手踢脚，带着快乐的表情来应和，刚开始不见得与音乐合拍，只是表示心情快乐而已。父母可经常拉着宝宝的手或脚，按着节拍活动，逐渐使宝宝的活动合拍。

(9)先会唱歌后会讲话

在学会叫父母之前，宝宝就已经会咿呀地唱歌了。如果东西掉到地上，宝宝跟着说“咚，咚”，听到小鸟的叫声，自己也会“唧唧喳喳”。可以把宝宝发出的声音录下来反复播放，父母同宝宝一起唱，鼓励他再发出声音，使他的声音持续得更长些。把这些资料保留起来，成为宝宝唱歌的记录，以后再听也会很有趣。



六、培养宝宝的情感能力

宝宝依恋谁？宝宝在与父母日常生活的交往和沟通中，会受到各种暗含情感的交流。这些交流，会构成他们对世界、对社会、对人类、对人生的种种态度，并且影响今后人生道路的方方面面。

婴幼儿的世界是情感的世界，情感是人类精神生命的源泉，早期情绪将给人的一生以巨大的影响。

1.认识宝宝情感的发展

宝宝的情感也在随着宝宝的年龄增长而不断地成长着。0～1岁宝宝的情感经历着两个过程：

(1)0～6个月：快乐的小天使

宝宝也有个性，而且他们表达个性的方式很自然。他喜不喜欢房间的亮度，周围的声音对他有没有影响等，这都可以从宝宝的反应上看出来。不管父母是多么经常地抱他或让他紧紧地贴在怀里，宝宝喜欢就是喜欢，不喜欢还是不喜欢，这与怀抱无关。例如在出生几分钟之后，宝宝就被抱到妈妈的胸前，紧紧贴着妈妈，这时，他会满足地蜷起身体。或许那表示他很轻松，但有时那是宝宝在表达他纯粹的感情："我喜



欢妈妈，我爱妈妈。”

在4～8个月之间，宝宝的“伟大的微笑“出现了，这和以前下意识的脸部肌肉动作不同，这回宝宝的笑是有意义的，最有可能的是，他喜欢的人来了，比如父母到了身边。即使宝宝眼睛看不见，当他听到熟悉的人的声音或感受到他的爱抚时，他也会露出这种甜甜的微笑。

对许多初次品尝父母滋味的人来说，宝宝的这个微笑很及时，这不仅给他们带来自信，而且让他们和宝宝的感情更贴近了。新的父母角色可能正让他们手足失措，此时来自宝宝的一个微笑如同一种无声的鼓励，像是宝宝在说：“妈妈，爸爸，你们做得棒极了，我喜欢你们。”

当宝宝这样笑时，父母不要忘了给他一个回应，因为如果父母在此时能给他一个轻松的微笑，他就会更乐意这样做，并且开始知道了他的行为会有回应。能够感受到别人的回应，比他自己的感觉更重要。

伴随着成长，宝宝与人的交流越来越多。高兴时，开始咯咯地笑出声，并且手舞足蹈，兴高采烈，甚至开始等着父母逗他高兴。当一个5个月的宝宝躺在床上时，妈妈走近他，并且藏在宝宝的床后，虽然宝宝看不到妈妈，可他开始兴奋地扭来扭去，等着妈妈和他藏猫猫。换一个陌生人，宝宝就不会有这种期待的表示了。因为宝宝知道妈妈是他生活中的重要人物，这是一种纯粹的感情的自我流露。

大约3个月时，宝宝的语言能力开始发展。宝宝嘴里发出咿咿呀呀的童语，模仿他们喜爱的人的声音，这是他们另一种表达自我感觉的方式。和微笑一样，交流是感情发展的关键。如果宝宝在对父母“说话”，父母该学他的声音，也对着他说，宝宝会很高兴，并且继续与父母“对话“，这对将来的语言发展是一种很积极的体验。

气愤也在宝宝出生不久就出现了。假如从一个6个月的宝宝手里拿走他的玩具，此时他发出的声音与肚子饿时发出的声音是不一样的。虽然宝宝还不会表达失落和挫折感，但下次，再想从他手里抢走玩具，可没那么容易了，他会抓得更紧，不让拿。这种抓握练习可以发展他的肌肉力量，并且有助于宝宝学会自我控制。

(2)6～12个月—害怕与依恋

想想看，还记得带宝宝去游乐园玩的情景吗？这是他第一次和卡通人物面对面，虽然没哭，但他一只手紧紧地抓住你的胳膊，另一只手甚至在颤抖。他盯着卡通人，但同时一直看着你，希望你能保证他是安全的，直到卡通人离开，你才听到他轻松地出了口气。这是宝宝的一种很正常的反应：怕生。这个年龄的宝宝害怕他们生活的秩序被打破，因为他们对世界的认识和理解更复杂了。

在6个月到1岁之间，宝宝开始急切地想知道谁是他们生活中最重要的人。当他们会爬，甚至可以扶着人踉踉跄跄地走几步时，他们渴望更加独立自由，想去哪去哪。但仍然强烈地依恋爸爸、妈妈，希望与照顾他们的人更贴近。

此时，一种新的分离焦虑的情绪出现了。当宝宝喜欢的人离开时，宝宝会表示出强烈的不安，他不知道这个他喜欢的人还会不会回来？往往是妈妈换衣服或爸爸拿起钥匙要出门时，宝宝就开始变得极度不安，甚至声嘶力竭地哭闹，这种普遍的分离焦虑现象说明了一点：宝宝的大脑已经发展到可以预期损失。

当然，除了恐惧和气愤的感情，这么大的宝宝也会表示出对周围环境的喜爱。他们希望与其他人分享他们的喜悦。当他看到一只可爱的小狗狗时，他会拉妈妈，让妈妈也看。他会把自己最喜欢的玩具拿来放到父母的膝盖上，让父母看他的好东西。快1岁时，大多数宝宝可以说出第一个有意义的词，这些最早的词一般是用来称呼他们喜欢的人，例如父母或是经常和他玩的小朋友。

2.开发宝宝的情感能力

这里有2个宝宝的故事：

一个2个月大的宝宝，半夜醒来开始啼哭，母亲赶快将他抱起来，宝宝满足地躺在母亲怀里吃奶，母亲慈爱的眼神仿佛在告诉他，即使是三

更半夜被吵醒，母亲看到他还是满怀喜悦。半个小时后，宝宝满足地沉入梦乡。



另一个同样大的宝宝碰到的却是个心烦气躁的母亲，或者她最近正和先生怄气。她匆匆抱起宝宝："你给我安静点，真叫人受不了。拜托，吃完了赶快睡！"宝宝立刻感受到气氛的异样。吃奶时，心事重重的母亲两眼木然地望着前方……匆匆把宝宝放到床上，是哭是笑随他。

如果这两位母亲一再以各自的方式对待宝宝，久而久之，这2个宝宝对自己和亲人的关系，会产生极不相同的感受。

第一个宝宝学到的是：当他有需求时，有人会及时帮助他，他的求助信号是有效的。

第二个宝宝学到的是：没有人关心他，别人是不可信赖的；想寻求慰籍，但多半是失败的。

宝宝们多多少少都体验过以上两种经验。但是，如果后一种成为常态，将会影响宝宝基本的安全感、归属感及对他人的信赖感。

那父母应该怎么做才能教会宝宝学会正面思维，以积极乐观的态度面对人生呢？

（1）保持和睦愉快的气氛，给宝宝作出好的榜样

首先，拥有一个快乐和谐的家庭环境，是培养宝宝正面思维的一个

重要前提。父母不要在宝宝面前吵架，不要大声训斥宝宝。父母在教育宝宝时要讲究方法策略，要给予宝宝足够的尊重，不可粗暴武断地拒绝宝宝的要求。

其次，父母还要给宝宝作出好的榜样。父母如果平时总喜欢唉声叹气，看待问题消极悲观，或者总是心情不快，悲伤抑郁，宝宝自然会受到极大的影响。因此父母也要多以积极乐观的心态面对生活，以自己的快乐、开朗去感染宝宝。

(2) 让宝宝学习接受挫折

父母对宝宝的不合理要求，要说“不行”、“不可以”。当宝宝情绪激动时，可用“忽视、不理会”“转移注意力”等策略让其平息怒气，之后再说明道理。

另外，必须鼓励宝宝做通过努力才能完成的事情。当宝宝失败时，要支持鼓励他或提供适当的帮助，让他体会通过努力获得成功的喜悦。变挫折为挑战，变失败为成功，使宝宝的自信、自尊与内省智能得到培养和发展。

(3) 改善宝宝与人交往的技能

让宝宝学会与人合作、分享。婴幼儿本身有与人交往的本能要求，而父母在宝宝早起的成长过程中，如果能进行科学的、有意识的精心培养，将会促进宝宝的人际交往能力。改善宝宝与人交往的技能，让宝宝学会与人合作与分享，首先要利用模仿给予正确的典范，父母要以身作则，做出良好的榜样，树立正确的与人交往示范。其次，给予宝宝自由，鼓励其结交小伙伴。建议家长多带宝宝走出家门，多去社区以及亲子教育活动场所。

(4) 养成良好的行为习惯

父母应采取具体行动纠正宝宝的不当行为。例如，当看到宝宝把手伸进菜盘里拿食物时，你可以将他的手轻轻地拉回来，并温柔地告诉他说：“这样做不卫生，以后不要再这样做了。”

七、宝宝的社交能力

宝宝怎样学习了解自己与别人的关系？他什么时候开始交朋友？这些都是从他的父母那里开始学习的。父母是宝宝的第一个玩伴，也是他最喜欢的人。他喜欢听父母的声音、看父母的脸、被父母的手抚摸。在父母的帮助下，宝宝会逐渐熟悉其他人，并且开始喜欢与他们在一起。这就是宝宝社交技能发展的开始。

宝宝从出生开始就会期望他人响应自己的需求，他们会通过各种方式让别人注意他们的需要，尤其是亲子之间的情感交流，宝宝具有发出信息和乐于接受父母响应的本能，这种与父母之间最初的双向情感是一切社会交际的基础。



宝宝对于他喜好的人和事物，会欣然接受，甚至紧抓不放；相反，如果是他所排斥的，他可能就会上演哭闹打人的戏码。宝宝的世界很单纯，但这并不代表他们不需要社交了。对父母来说，教宝宝如何与人相处是项重要的课程，如何让他与人和平相处，有礼貌地对待周围的人和事物，是奠定宝宝日后与人相处的重要根基。

如果父母希望宝宝长大后能成为一个性格开朗、受人欢迎和喜爱的

人，从宝宝出生开始，就要对他们与生俱来的社交本能给予特别的关注和响应，时时关注宝宝需要什么，帮助他们顺利走上社交之路。

1.3～4个月

父母应多满足宝宝想听、想看的欲望以及留意宝宝的表达方式，如逗他、抱他、对着他微笑时，他会作出点头、摇晃的响应。父母会发现，宝宝会把头转向说话的人并微笑以对，有时也会以蹬腿和摆手表达快乐。另外，此阶段的宝宝有自己特定喜欢的人，他可能会黏着某个人，一放手便会因充满不安全感而号啕大哭。

父母平时要多与宝宝对话，如此有助于促进宝宝的反应。例如，要和宝宝的皮肤接触时，父母可以看着他，并对视而笑，和他说说话。在宝宝的世界里，对与人交流的第一印象即是妈妈喂奶，奶瓶和妈妈的乳房会使他感到满足和快乐，同时也体验着这最初的社交接触，对宝宝而言，这是段最享受的时光。

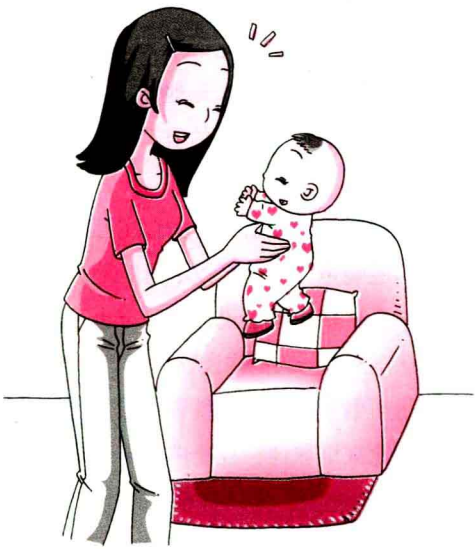
此阶段的宝宝，之所以会有“特定喜欢的人”，主要是因为他认为对方可以满足他的需求。例如，有些宝宝会黏着妈妈，主要是因为母亲能供给他母乳，满足他饥饿的需求。宝宝有这样的举动是正常的，并非一味只想黏着某个人，等到他过了这一个阶段，自然会开始慢慢习惯与其他人相处，不会再坚持非要某个人照顾不可。

若是1岁以上的宝宝喜爱黏着特定的人，父母要留意是否是自己陪宝宝的时间不够。不管每天生活多忙碌，拨出时间陪宝宝是不可少的。父母对宝宝的付出，他都会记在心里，但千万别用补偿的心态去陪宝宝，他要的是父母发自内心的付出。此外，同一个屋檐下应尽量做到教育的方式要一致，不仅是父母，即使是爷爷、奶奶的教育方式也不应大相径庭，不可以有人扮白脸，有人扮黑脸，如此宝宝当然只会喜欢疼爱他的人。

2.4~6个月

宝宝开始对外界沟通产生浓厚兴趣，不喜欢一个人独处，时常发出“么么”“叭叭”“嗒嗒”等各种声音，有时会以假咳嗽和咂舌声来吸引人注意，他可能会摸着妈妈的脸表示问好，而且总是黏着妈妈或让妈妈紧紧地抱着他，见到熟悉的人会报以微笑。反之，如果见到陌生人就转过脸表示害羞，甚至害怕地大哭起来。

认生对宝宝来说，是区别身边的家人与陌生人的反应，此时父母不可责怪宝宝。如果因宝宝认生而减少出门的机会，对宝宝的发展反而没有帮助。父母可以先让宝宝从熟悉住家附近的环境开始，每次出门时跟宝宝介绍周围的环境，让他慢慢地熟悉外在世界，不要一开始就带宝宝到人声嘈杂的地方，如此会给宝宝造成不必要的压力。如果亲友要抱宝宝，他因认生而出现抗拒的肢体语言，父母不要勉强宝宝，硬要让对方抱，可以跟对方说：“他现在可能不太喜欢，我们稍微缓一下再让你抱他。”如果家中有陌生客人要来，父母应先跟宝宝介绍客人，不管宝宝是否听得懂，都应让宝宝做好心理准备，以免不适应。



父母平常应多花时间促进宝宝对外在世界的认知，不能等到问题出现时，才去想解决之道。经验的累积，能让宝宝在自然的情况下面对周围的世界，父母应主动扮演好引导者的角色，让宝宝一步

步进入这个陌生的世界。

3.7～12个月

宝宝经常会以哭闹、叫喊、咳嗽及嘴里吹泡泡等方式来吸引他人注意。此外，宝宝也会开始对同龄的宝宝产生兴趣，如果有另一个宝宝和他在一起，他会看着对方并伸手去摸，有时会抓对方的衣服或抢人家的玩具，表达很想和对方一起玩游戏的欲望。



宝宝喜欢让别人笑，而且能记得一些简单的社交礼仪，例如“再见”，并且知道听到“再见”时要挥挥手。此时宝宝的占有欲很强，如果拿走他的玩具，他会表现出生气的表情。

父母应尽量把握机会与宝宝相互触摸，多玩碰触游戏。对宝宝呀呀学语发出的呢喃声，父母可以尽可能地去模仿，与宝宝对答，如此会让宝宝很兴奋，会更积极地学说话。父母也可以发出其他声音等待宝宝的响应，让宝宝认识声音与人的沟通作用。

父母可经常笑出声来赞许宝宝的行为，游戏时多欢笑，讲故事时多讲笑话，以此来培养他在社交中的幽默感。让宝宝多和其他宝宝或者不熟悉的人有相处的机会，通过有意识的社交礼仪，让宝宝学习交际。

八、基本数字概念的理解

对于1岁左右的宝宝来说，学数学的目的主要是让宝宝接触数的概念。培养他对数学的兴趣。在宝宝认识了物体的形状、大小以后，就可以教他学习最简单的数字“1”了。由于数学的学习比较抽象、枯燥，因此对宝宝的数学教育不能单独进行，而要把对数学的学习过程渗透到日常生活和游戏之中，让宝宝学得自然、具体和有趣。其实数学教育并不困难，并且可以在日常生活中随时随地进行。例如在给宝宝喂饭时，可以说“宝宝乖，先吃1勺，再吃1勺”，这样宝宝在不知不觉中就接触到数字“1”了。这样，通过日常生活和游戏，使宝宝自然而然地学到最初的数概念，对日后的数字教育会起到很好的启发作用。

1.数学能力的早期表现

1岁的宝宝正在学走，父母领着宝宝一面走一面数：“1，2，3，4……”，宝宝在迈步时心里也跟着数数，尤其是在上楼梯时，经常会上一级数一个数，宝宝也会跟着说出最后的一个音：“3”“5”，上到平台上的“7”或“9”。每天练习就会把这些数记住，有些宝宝经常漏了某一个数，父母可让宝宝反复上下这一两级，使他记住漏掉的数。

宝宝懂得竖起食指表示1，很快宝宝也懂得竖起食指和中指就表示2，可以拿两块饼干或者两个小馒头演示。

(1)分出大小和方圆

宝宝早期的数学能力是通过分大小、认形状表现的。父母在教宝宝认识大小、形状时可用单色的硬纸板裁成2个大圆片、2个小圆片、2个大方片、2个小方片等。由父母提要求，让宝宝拿纸片，父母说：“给我大的圆片”，宝宝将2个大圆片递过来；父母说：“给我小的方片”，宝宝将2个

小的方片递过来；父母说："给我1个大的方片和1个小的圆片"……当宝宝做得不准确时，父母一定要耐心指导他，而每当宝宝拿取正确时要注意运用"及时表扬抚摸鼓励法"表扬宝宝。

⑵认数字

学会认数字是宝宝早期数学能力的主要表现。父母可将写有1、2、3……的数字卡片贴在门或墙上，父母抱起宝宝，用手指着"1"对宝宝说"1"，然后问宝宝哪个是"1"，宝宝指认正确时要表扬宝宝。宝宝有了成就感，就很容易再继续学认下去了。父母教宝宝认数字每天要复习，使宝宝认识的数字得到巩固，并逐渐发展到认识4、5、6……

2.数学能力的开发方法

数学教育是让宝宝从认识具体事物开始逐步认识抽象事物。抽象事物都是从具体事物中抽象出来的，多接触具体事物的数和量，才能认识抽象的数。例如认识2个苹果、2个皮球、2本书……自然就会慢慢认识"2"了。

识数练习不仅能极大地提高宝宝的抽象思维能力和空间想象能力，而且有助于培养宝宝专注、爱钻研的性格品质。



（1）比较

比较并不仅仅局限于数量的多少、数字的大小，父母还可以问"是红色的皮球大呢，还是蓝色的皮球大？"

或者“是爸爸的手大呢，还是宝宝的手大？”或者“宝宝是想喝奶呢，还是想喝水？”或者“羽毛轻呢，还是石头轻？”等。这些问题的答案并不重要，重要的是培养宝宝养成对不同事物的相关成分进行比较和对照，然后作出判断的习惯。

(2) 物化

数字虽然抽象，但都是在具体事物的基础上概括出来的。教宝宝学数字要从具体直观入手，通过数具体事物让宝宝逐渐理解“数”的概念。宝宝会说话之后，要经常在平时生活中教他数东西，如上下楼梯可数台阶，走一步数一个数；或让宝宝数家中的灯、床、椅子物品等。

(3) 分类

经常让宝宝做分类游戏，如一罐纽扣，先按大小分类，再按颜色分类等。通过分类游戏，让宝宝慢慢建立起数群、集合的概念。

(4) 教宝宝背诵有数字的儿歌

父母可以在生活中对宝宝多“灌输”一些数字。父母还可以把数字唱给宝宝听，并且边唱边拍手，这样既能吸引宝宝的注意力，又能培养宝宝的节奏感，还可培养宝宝的数感。父母在唱数字的时候，语速尽量缓慢，吐字要清晰。

父母在选择儿歌时，最好是选取一些比较容易让宝宝记住，节奏感活泼，较易吸引宝宝注意力的。如：

1像铅笔细又长，2像小鸭水上漂；

3像耳朵听声音，4像小旗迎风摇；

5像衣钩挂衣帽，6像豆芽咧嘴笑；

7像镰刀割青草，8像麻花拧一道；

9像勺子能盛饭，0像鸡蛋做蛋糕。

又如：

一，二，三，爬上山；

四，五，六，翻跟斗；

七，八，九，拍皮球；

伸开手，十个手指头。

宝宝念第一句时，伸出3个手指；念第二句，伸出6个手指；第三句伸出9个手指；最后一句双手摊开，就有十个手指。这样宝宝就会模糊懂得3、6、9和10了。

唱的时候父母可以利用一些图片、实物、手势或动作，让宝宝感受到歌谣对应的内容。虽然不满1岁的宝宝还不能跟着父母唱，但他对这些数字歌谣很感兴趣。等他大些，父母再唱这首歌，会发现他很快就学会了，或许还会作出几个可爱的动作呢！

(5) 游戏开发数学能力

在游戏中也可以让宝宝学会一些数学知识，培养宝宝的数学能力。

①大与小。

目的：使宝宝明确大与小的概念；让宝宝学习基本的生活常识。

玩法：准备两顶帽子，一顶是宝宝的，一顶是妈妈的；准备两件衣服，一件是宝宝的，一件是妈妈的……游戏时，妈妈拿出两顶帽子，对宝宝说："一个大（举起大的），一个小（举起小的）。"然后先把大帽子戴到宝宝头上，宝宝眼睛都被遮住了，赶快换小帽子，哎呀真合适。衣服的游戏也是如此。让宝宝通过多次游戏渐渐明白大与小。

提示：游戏时，妈妈一定要边说边做动作，这样还可促进宝宝的语言能力的发展。

②这些都是圆的。

目的：认识基本形状"圆形"，并能说出"圆"这个词。

玩法：准备一些圆形物体，像气球、钟表、小球、圆形镜子、棋子等。妈妈抱着宝宝，指着这些圆形的物品说："宝宝快来看，这些东西都是圆形的。圆圆的气球，圆圆的钟表……"然后问宝宝："这些东西都是什么形状的？"宝宝回答"圆形的"，反复这样问。接着让宝宝说出家中常见的圆形物体。如碗、车轱辘、圆形的盘子、脸盆、锅等。

提示：玩游戏时妈妈必须指着具体物体教宝宝认识圆。

③谁的多。

目的：使宝宝能够分辨多的、少的；训练宝宝的判断力。

玩法：准备一副棋和一个棋盘；爸爸和宝宝围着棋盘坐下，爸爸让宝宝决定要哪种颜色的棋，宝宝决定好后，爸爸和宝宝各拿好自己的棋子。爸爸说“开始”，宝宝和爸爸将自己的棋子排列到棋盘上，待爸爸喊“停”时，让宝宝比较谁排的多，谁排的少，游戏可反复进行。

提示：父母应根据宝宝排的多少来决定自己排的多少，因为要使宝宝有一个明显区别。比如，宝宝排5个，爸爸可排10个左右。爸爸也可比宝宝排的少，激发宝宝的游戏兴趣；当游戏结束时，将棋子一个一个收回盒子里。比如，放一个，说：“1个。”再放一个，再说“1个”。这样同时使宝宝理解数的表示。

④谁的衣服、鞋、帽子。

目的：使宝宝能够比较大小，训练宝宝的观察、判断能力。

玩法：妈妈让宝宝看画面，先让宝宝指一指：谁是大娃娃？谁是小娃娃？再看一看两件衣服，哪件大？哪件小？看一看两双鞋，哪双大？哪双小？看一看帽子，哪顶大？哪顶小？然后妈妈告诉宝宝：“大娃娃用大的，小娃娃用小的。”并且让宝宝指一指，说一说：“大娃娃穿的衣服、鞋、戴的帽子在哪里？小娃娃穿的衣服、鞋，戴的帽子在哪里？”妈妈最后指导宝宝画线连起来。



提示：比大小的游戏可广泛用家里的东西比，如家里的大床，小床；大桌子，小桌子；大碗，小碗；大被子，小被子等等，并且边比边说：

“大的”“小的”。

⑤每人分一个。

目的：让宝宝学习点数1个。

玩法：准备一盘3个苹果，一盘3个梨；父母先问宝宝“这是什么”，让宝宝认一认盘子里放的是什么。父母对宝宝说：“我们来分苹果吃，请宝宝来给大家分，一人分1个。”宝宝分时，“爸爸一个”“妈妈一个”“我一个”，分对了，父母要说谢谢并同宝宝一起高高兴兴地吃苹果。吃完后，父母又让宝宝分梨，方法同上。

提示：游戏时用的材料可任意选用，如是食品，别让宝宝吃得过饱。

⑥认识钱币。

目的：教给宝宝简单的数字概念，并认识钱币的不同，同时可利用钱币的大小，让宝宝知道，少的面额形状比较小一点，多的面额形状大一点。

玩法：先准备1角、5角、1元不同的硬币；教宝宝排列形状，由小排到大或大到小；并教他认识上面的数字；告诉他数字越大代表越有分量，可以买比较多或贵的东西。



提示：玩游戏时，父母要注意切勿让宝宝把硬币吞入口中。

九、父母应该注意什么

针对宝宝心理发展的特点，父母应注意以下几个方面：

1.善于辨别宝宝发出的各种“信号”，及时满足他们的需要

这是保持宝宝良好情绪状态的重要条件。父母必须细心，尽快了解宝宝生理活动的规律，学会分辨他用不同的哭声表达的不同要求，及时满足他。因为保持宝宝良好情绪状态是宝宝心理得到健康发展和接受教育的基础。

2.多和宝宝交流

父母不要以为宝宝不懂事就不理他，要和宝宝面对面地讲话。父母的笑脸和温柔的声音会使宝宝愉快，并能促进其视觉、听觉的发展，提高与人交往和说话的积极性。

3.鼓励和训练宝宝的动作

要多给宝宝自由活动的机会，依次发展各种动作，尤其要注意发展“爬”的动作。现在不少宝宝不经过爬就会走，这对心理发展是不利的。同时，要提供机会发展宝宝手的动作。

4.培养宝宝良好的行为习惯

宝宝年龄小，不知什么是好，什么是不好。在生活实践中，父母如果

坚持赞许好的行为，抑制不好的行为，宝宝逐渐就会懂得应该怎样，不应该怎样，进而形成良好的行为习惯。另外，父母的行为态度也会对宝宝产生潜移默化的影响。

5.8个坏习惯让宝宝越来越笨

不良的生活习惯，对父母来说，影响的可能只是健康。但是，对宝宝来说，却关乎他的一生，特别是对智力发育有极大的影响。这些习惯，看上去很微小，但如果父母不干预，对宝宝的不利影响是巨大的。

①坏习惯1：长期饱食

进食过饱后，大脑中被称为“纤维芽细胞生长因子”的物质会明显增多。这些纤维芽细胞生长因子能使毛细血管内皮细胞和脂肪增多，促使动脉粥样硬化发生。如果长期饱食的话，势必导致脑动脉硬化，出现大脑早衰和智力减退等现象。

②坏习惯2：轻视早餐

不吃早餐使人的血糖低于正常供给，对大脑的营养供应不足，长久如此，对大脑有害。此外，早餐质量与智力发展也有密切联系。据研究，一般吃高蛋白早餐的儿童在课堂上的最佳思维普遍相对延长。

③坏习惯3：甜食过量

甜食过量的宝宝往往智商较低。这是因为宝宝脑部的发育离不开食物中充足的蛋白质和维生素，而甜食会损害胃口，降低食欲，减少对高蛋白和多种维生素的摄入，导致机体营养不良，从而影响大脑发育。

④坏习惯4：睡眠不足

睡眠不足的宝宝多动、好斗、易怒，学习问题多，直接影响宝宝今后的发育、智力和学习。宝宝睡眠少和父母习惯、环境因素有关，因此，从出生开始就应该培养宝宝良好的睡眠习惯，这将使其终生受益。

⑤坏习惯5：少言寡语

大脑中有专司语言的叶区，经常说话也会促进大脑的发育和锻炼大脑

的功能。

⑥坏习惯6：空气污浊

大脑是全身耗氧量最大的器官，只有充足的氧气供应才能提高大脑的工作效率。用脑时，特别需要讲究环境的空气卫生。

⑦坏习惯7：蒙头睡觉

随着棉被中二氧化碳浓度升高，氧气浓度不断下降，长时间吸进潮湿空气，对大脑危害极大。

究竟怎样睡才利于宝宝智力发育呢？趴着睡的宝宝智力发育较快，但是趴着睡容易突然窒息。要让宝宝睡得聪明、健康又不出安全状况，晚上睡觉时，最好让宝宝躺着睡。白天午睡或有父母照顾时，再把睡姿调整成趴着睡的状态。宝宝的睡觉房间最好保持适当温度、湿度和光线，宝宝才会睡得又香又甜。

⑧坏习惯8：不愿动脑

思考是锻炼大脑的最佳方法。只有多动脑筋，勤于思考，人才会变聪明。 反之，不愿动脑只能加速大脑的退化，聪明人也会变得愚笨。

随着宝宝的长大，宝宝间的差距也越来越大，有的活泼机灵，热情好动，善于学习和模仿；有的羞怯胆小，缺乏探索精神，接受和掌握新事物、新技能较慢。产生这些差别的关键在于父母是否给宝宝进行了计划周密、方法得当的早期智力开发教育。



6.如何为0～1岁宝宝购买玩具

玩具是0～1岁宝宝最佳的游戏伙伴及启智工具，但买得过多过杂，不但对宝宝的益处有限，还是一种浪费。所以父母应根据宝宝不同阶段的情况，选择最适合宝宝的玩具。

(1)0～3个月

对玩具的要求：这个阶段的宝宝视力与听力都在快速发展，但大动作的能力还没有发育完善。所以这个阶段的玩具颜色要鲜艳，最好是红、黄、蓝色的，体积不能太小，而且应能发出声响，以吸引宝宝目光注视、追随或者听声转头寻找。

玩具类别如下：

①悬挂玩具：可夹在宝宝的小床上，由多种不同颜色的动物、水果或蔬菜造型的小玩意儿儿组成。此玩具会传出美妙的音乐声。同时悬挂着的小玩意儿也会随着音乐声慢慢旋转起来。

建议数量：1个。这种玩具等宝宝过了3个月用处就不大了，所以买1个就够了。

②床围玩具：可系于宝宝的童床周围，并配有鲜艳的色彩和有趣的小玩意：如蓝天、绿草、各种可爱的毛茸茸的动物，还有花型安全小镜子等，所有的小东西都能与宝宝产生互动。

建议数量：2个。以备换洗。

③抓握玩具：色彩鲜艳，最好采用不同质感面料制成，3个月前主要是父母拿着逗宝宝玩，以后就能让宝宝自己抓拿或套在手腕上摇，以锻炼手部肌肉和触觉。

建议数量：4个。为了让宝宝保持对玩具的新奇感，可多买。

(2)4～6个月

对玩具的要求：这个阶段的宝宝特别喜欢看运动的东西，能准确找到发出声音的方向，小胖手已经慢慢地能抓握玩具。因此，这时候给宝宝选择玩具，不仅要颜色鲜艳，有声响，而且要便于宝宝抓握。同时材质要多

样化，以给宝宝丰富的触感刺激。同时要注意，这个时期的宝宝抓了什么都喜欢往嘴巴里送，所以玩具要无毒并且不易咬坏。

玩具类别如下：

①布制手环：色彩鲜艳，手感柔软。宝宝既可独立做手环玩耍，锻炼手部肌肉，加强手眼协调能力，又可以按部位组装、拆卸，提高宝宝对形状和大小的感知能力。

建议数量：1个。一套就能玩出许多花样了，所以不需要多买。

②敲击玩具：鲜艳的色彩，能提高宝宝的认知能力；便于抓握的锤子让宝宝很得意于自己的抓握本领；在妈妈与宝宝一起敲敲打打的过程中，宝宝的手眼协调能力就发展起来了。

建议数量：2个。宝宝未必能很好地掌握敲击的力度且玩具相对较容易损坏，买2个较适宜。

③牙胶玩具：宝宝开始出牙了，需要买些牙胶让他过过瘾。如果将牙胶做成花瓣娃娃造型，娃娃的帽边用作牙胶，宝宝一定会更喜欢。

建议数量：3个。因牙胶须经常消毒，所以可多买几个换用。

④浴室玩具：轻轻挤压玩具就会喷出水来，好玩吧！如果宝宝手脚扑腾着不肯下水洗澡，没准儿会在它的带动下快快乐乐进澡盆呢！多了这几个小伙伴，洗澡就成了乐事，尤其是当宝宝游泳时，看到此类玩具，会努力地锻炼身体哦！



建议数量：5个。洗澡时一起

丢进浴盆里，会让宝宝在玩乐中乖乖洗完澡。

(3)7～9个月

对玩具的要求：宝宝已经会坐着玩了，抓取、摇晃、敲打都已经很在行，特别喜欢玩扔拣玩具的游戏。并且已经知道玩具的多种玩法，如拍皮球、抱娃娃、摇手铃等，所以在这个时期可以选择的玩具很多。积木、皮球、套杯、娃娃等都可以让宝宝坐着玩。值得注意的是，为了鼓励宝宝爬行，应该选择一些可以移动的玩具。

玩具类别如下：

①电动玩具：这类玩具通过鲜艳的颜色、可爱的造型，加上可移动的特点，吸引宝宝追逐它，从而让宝宝在游戏中不知不觉练成了爬行高手。为了激发宝宝更大的兴趣，玩具最好还能发出声音。

建议数量：2个。这类玩具即使到了宝宝学走路阶段，也用得上。

②音乐玩具：音乐玩具若只是单纯地播放音乐，未免太无趣了，最好能与宝宝产生互动。比如，只要宝宝碰触，它就会摇动、滚开，同时又发出充满活力的音乐，旋转的灯光和古怪的声音，让宝宝的视觉、听觉和触觉全面进步。

建议数量：1个。一个带有多种功能的音乐玩具就足以让宝宝感受不同的音乐体验了。

③积木玩具：几何形状各异，不同色彩的小块积木，可搭建不同造型的建筑物，这本身就充满了无限的想象力和创造力，如果装载积木的容器被设计成汽车样或是动物样，能移动、产生音乐，而积



木本身也能发光，那是不是更新奇了呢？

建议数量：2套。可购买积木数量不同的2套，以适应不同的认知发展需求。

④球类玩具：虽然这个阶段的宝宝大动作能力有了明显的进步，但也不能忽略对其精细动作的锻炼，应该给宝宝一些球类玩具以锻炼手部肌肉。给宝宝玩的球应由多种颜色鲜艳的色块组成，可刺激宝宝的视觉神经的发育；体积不要太大，应方便宝宝抓抱、摇晃及滚动。

建议数量：2个。建议是不同材质的，如一种为短毛绒类，一种为塑料。

(4)10～12个月

对玩具的要求：宝宝爬行已经不在话下，而且已经会站立并且开始学习摇摇摆摆地走路。而手指的精细动作也进一步地发展，应该学习如何熟练地使用拇指和食指了。因此，这个阶段应该为宝宝选能帮助他学习走路的玩具，如小推车、拖拉玩具、球类等，还应有训练手指动作的玩具，如积木、套圈、套盒、小餐具、空心插木、橡塑动物和娃娃等。

玩具类别如下：

①套塔玩具：这类玩具一般由多个可以叠加的积木构成，每块积木都有不同的功能。有的画着图案，有的写着字母或数字，有的积木上还有可活动的小部件，如此，在促进宝宝精细动作发展的同时也进一步提高了认知水平。而当宝宝将这些积木按要求套叠在一起时，会组成完整的造型，令宝宝相当有成就感。



建议数量：2套。一般套塔玩具的叠加方式是固定的，多备一个以防止宝宝玩了多次后厌倦。

②形状分类玩具：这类玩具外形上有的是个瓶子，有的是幢小屋子，并配有不同形状的积木。游戏时，让宝宝将积木放入配套的开口，玩具就会相应地念出形状的名称或该形状的英文数字，如积木是方形的，若投入方形的开口中，玩具就发声："方形"。

建议数量：2个。建议一种是认形状的，一种是认识字母的。

③拖拉玩具：拖拉玩具的造型一般为小动物，如鸭子、小狗等等，还带有一根可牵拉的绳子，这样走不稳的宝宝拉着玩具走路时，就可以更好地把握平衡。而且玩具在推进过程中会发出"咯嗒咯嗒"的声音，吸引宝宝继续朝前走。

建议数量：2个。因这类玩具常与地面摩擦，较易磨损，建议多买一个。

④布书玩具：布书是用纯棉布料和其他附属材料制作而成的书籍，它通过色彩鲜艳的图案、简单的场景、线条清晰的故事情节、会动的玩偶，在宝宝的行为动作和大脑思维之间建立密切的联系，促进宝宝的视觉、知觉、听觉、触觉等感官的发展，同时可提高认知水平。

建议数量：6本。书当然是多多益善，不妨多买些不同内容的。

7.父母应注意让宝宝聪明过人的细节

当父母的，有谁不希望宝宝健康聪明呢？可除了平日里的悉心照顾，父母们就怎样帮宝宝开发智力常常会感到束手无策。其实，想要宝宝聪明可以从身边的很多小事做起，让我们一起看看吧！

(1)要点一：多对宝宝说话

语言的早期教育对宝宝很重要。从宝宝诞生起，父母就要对他多说话，这对宝宝的情感、智力、脑功能的发育都有好处。让宝宝从小就生活在一个良好的语言环境中，这样就会培养出一个语言丰富的宝宝。

首先，让宝宝听不同的声调、语气，对耳膜是一种良性刺激，对宝宝来说也是适应和熟悉的过程。此外，父母对着宝宝说话时的表情、眼神和动作也是对宝宝的视觉刺激，可以让宝宝慢慢学会对情境的领悟，能让宝

宝领会父母的爱，产生安全感。

对宝宝说话时，眼睛要注视着宝宝。可说的内容很多，你和宝宝正在做什么、看到什么就讲什么给宝宝听。例如，你可以把宝宝身边物品的名称一一教给他“宝宝看，这是花，是红颜色的花”；也可以亲亲宝宝，告诉他“爸爸妈妈好爱你”等。

⑵要点二：抱宝宝外出

父母可以经常抱着宝宝到外面去。抱宝宝外出的目的是让他看各种各样的东西，培养他观察世界万物的兴趣，激发他的好奇心和求知欲，还能培养他的注意力。

抱宝宝外出时，教宝宝观察周围的事物，并以此为话题对他讲话。例如，父母可以对宝宝说：“宝宝你看，这是高楼，那是汽车。”……如果你所描述的是可以拿到手上的，那最好拿起来给宝宝摸摸。例如，你可以捡起一片树叶，告诉宝宝说：“宝宝看，这就是树叶，是轻轻的、薄薄的。”……



在父母这样培养下，宝宝9个月左右的时候，他就会提问，让你告诉他看到的东西是什么。你也许会感到奇怪，宝宝还没有学会说话，他怎么会提问呢？其实，宝宝是用他的眼神、“嗯嗯”的声音和用手指着的方式在向你提问呢！

等宝宝到了1～2岁的时候，父母就可以天天带他去散步了。

同样，散步时也要不断对宝宝说话，把看到的自然景象讲给宝宝听。

(3)要点三：讲故事

宝宝半岁以后，父母可以讲故事给他听了，千万不要认为宝宝听不懂就懒得去做。给宝宝讲故事，可以培养出对耳朵听到的内容有极强理解能力的宝宝。通过听故事，宝宝会变得善解人意，能够借助语言去想象；而且，在父母充满感情的讲述中，宝宝的情绪也跟着起伏，这将使宝宝的内心拥有丰富的情感；而且由于宝宝从小培养认真听别人讲话的能力，进入学校之后，他很容易理解老师的讲课内容。

给宝宝讲故事时最好有教具，可以一边讲，一边比划给他看。例如，你讲到小白兔的故事，可以在手中拿小白兔的玩具，一边讲一边比划："小白兔在吃草""小白兔找妈妈去了"……

(4)要点四：给宝宝看图画书

从宝宝4、5个月开始，把图画书翻开在他的面前，然后把书上的图画简单地讲给他听，而且手指要指着书上的内容给宝宝看，时间只需要一会儿就可以了。

1岁以内的宝宝最喜欢有关小动物的图画书，小鸭、小兔、小乌龟等都是他们的好玩伴；2、3岁的宝宝可以一边看画，一边读文字。父母在给宝宝买书的时候要注意，你选择的书应该是字大的，因为这些书上的字是给宝宝看的。

(5)要点五：让宝宝接触名画

让宝宝接触名画是对宝宝视觉的良好刺激。最好是在房间里挂一些图画、书法、动物画等，不用太在意房间的墙壁被塞得满满的，关键是要让宝宝常常看到。

因为这个时候的宝宝还没有自己的兴趣，他可以听你的"指挥"，因此这时给他看好的图片就很重要。最好是挂上颜色丰富的世界名画，如果你对这个不在行，也可以挂上风景画和动物的图片。有一些图画要避免，如有关宗教、生理解剖学的图画等。

(6)要点六：让宝宝多听名曲

给宝宝听音乐是一种潜移默化的熏陶。给宝宝听缓慢而优美的钢琴曲、小提琴曲等世界名曲或是中国的古典名曲，不要给宝宝听噪声大、节奏过强的流行音乐。

(7)要点七：不要说可怕的话

不要轻易对宝宝说一些可怕的话来故意吓唬他，例如“鬼来了”“你不听话，大灰狼就要来了”等，这会在他心灵深处留下很深的伤痕。有的宝宝胆小，夜里常常做恶梦，这就和平时的“吓唬”有关。

(8)要点八：不随意使用禁用语

不要随意对宝宝使用禁止、否定的语言。父母们往往整天都用“不要……”“不准……”这种语言对宝宝说话。这样做的结果，只会扼杀宝宝纯真的天性，剥夺他们求知的热情。

当宝宝想用剪刀时，父母应该一边教他，一边在旁边看护。如果宝宝想出去玩，那就带他出去。对于有危险的事情，有必要让宝宝体验一下，不要一味地教宝宝回避。

(9)要点九：不要以否定的态度对待宝宝

“这宝宝太顽皮”“他实在是太不听话、太不乖了”……这样的话千万不要当着宝宝的面说，父母这样的话实际上是一种消极的暗示。宝宝没有是非的分辨能力，他对父母说的话会无条件地认同，当你说他不乖、懒惰、胆小的时候，宝宝真的就会这样看待自己。别再对宝宝说这样的话了，给他一些正面的鼓励吧，否则宝宝就会真的变成那样了。



第二章 1～2岁婴幼儿早教

一、婴幼儿的阶段特点

1～2岁宝宝身心发展的速度比第一年缓慢了一些，宝宝神经系统发育已比较完善，自主活动每天可达3～5小时，每昼夜的睡眠时间大约为12.5小时，大多数宝宝在这一阶段可以连续3～4小时不睡觉。1～2岁宝宝的手已经具备了灵活运动能力，并具备了独立行走能力，为其扩大认识世界提供了条件。1～2岁的宝宝开始对玩具感兴趣，喜欢摆弄自己身边的玩具。此时的宝宝开始产生积极的言语活动，父母会突然间发现宝宝很爱说话，并经常模仿父母的一些语言尝试进行表达。由于此阶段宝宝的语言能力、注意力和形象思维都有了一定的发展，对周围的事物有了一些了解，形成了一定概念。

1～2岁宝宝心理发育正处于完全模仿阶段，宝宝对任何事物的反应都来自于身边的人尤其是父母的言行，所以父母一定要注意自己的言行给宝宝以良好的影响。在1～2岁阶段，父母的生活习惯和生活环境会给宝宝的心理和个性发育打下深刻的烙印，如果宝宝生活的环境整齐、干净，那么在这种生活环境中发育的宝宝也会养成爱整洁的生活习惯和良好的个性品质。如果父母能够有意培养宝宝按照一定的规则自己做一些事情，也会让宝宝养成独立自主的个性和良好的责任心，并养成做事规范的个性品质。所以1～2岁是对宝宝进行早期教育的关键时期。

下　篇

早　教　之　旅

1～2岁时的宝宝是“探索家”，他喜欢以新奇的方式探索物体的特征，并且熟练地加以分类；他们开始有目的地模仿父母的动作。另外宝宝还能用简单的语言和表情表达自己的意图。宝宝的精神越来越足，对世界充满了求知欲望，什么都要摸一摸、抓一抓。他已经开始尝试着独立行走了，虽然走得还歪歪斜斜的，如果让他去追喜欢的皮球玩具，他会特别开心，笑得合不拢嘴。另外，他也能说一些简单的句子了，可以用语言表达自己的想法了。看着宝宝一天天长大，父母心中无限幸福。

宝宝到了1岁左右，可以自如爬行，可以站立片刻，发育快一些的还可以独立走几步。手眼活动从不协调到协调，如可以自如地自喂饼干，五指从不分工到有较为灵活的分工，如可以用食指和拇指对捏糖块。双手从“各自为政”到能够互相配合，如可以一同摆弄玩具。精细动作获得发展，如可以独自抱着奶瓶喝奶，打开瓶盖，把圈圈套在棍子上等。

1岁多的宝宝可以听懂自己的名字，可以听懂一些简单的词汇，会叫爸爸、妈妈，能分辨声源，有了明显的回忆能力，可以想起很久前记住的事情，将之运用于当前的“工作”中。可以模仿父母的动作。

这时宝宝能随着节奏鲜明的音乐自发地手舞足蹈，并努力配合鲜明活泼的音乐节奏做动作。宝宝会初步分辨颜色，喜爱色彩鲜艳的玩具，爱看漂亮的人脸，爱看图画书和大而鲜艳的图片。

宝宝能听懂妈妈的话，可以听懂常用物品的名称，开始学说话，可以用简单的词汇表达自己的意思，如用“汪汪”代表小狗。他们害怕陌生人，害怕陌生、怪模样的物体，害怕未曾经历过的情况。这时有明显的依恋情结，喜欢“跟”妈妈的“脚”，妈妈去哪里，他就跟着去哪里，喜欢与成年人交往，知道父母是高兴



还是生气，会设法引起父母的注意，如主动讨好父母或者故意淘气。

宝宝和小朋友有了以物品为中心的简单交往，还不是真正意义上的交往，有了最初的自我意识，可以把自己和物品区分开，可以意识到自己的力量。有了最初的独立性，会拒绝父母的帮助，愿意自己动手，而且可以做些简单的事情。

1岁半到2岁的宝宝，不管看到或听到什么，总是会问：这是什么？那是什么？从这个时候开始，宝宝的语言能力急速成长，几乎把所有精力都花在记事物的名称上。

进入2岁的宝宝，面临着许多需要学习、掌握的东西，他也开始自己思考问题，会不断地提问，但当你在教宝宝时，你会发现那些非常简单的事物，对他来说总是那么难懂，总是会搞错。所以你要耐心，不要以你二三十年的生活经验去跟他不到两年的经历相比，他的人生才刚刚开始，世界对他来说很复杂，需要你的引导和解释。

宝宝到了2岁左右时，最主要的特征是有了逃避父母的保护的意识，正在尝试独立自主，父母应适应这种急速的变化，其实一个可爱且有依赖性的宝宝试着反抗，这对父母而言也算是件可喜的事。多少产生点反抗意图，较能激起他应对人生冲突的意志而增强思考能力。



在2岁宝宝的成长中，最明显的是运动功能的发达，所以当宝宝眼睛一张开就开始吵吵闹闹。这时他们的思想也逐渐成熟，而且趋于复杂化，父母这时不可再一味地认为宝宝什么都不懂。他们喜欢凡事都有规律性，看电视的

时间若加以分配，让他在固定的时间看喜欢的节目他会很高兴。

这时宝宝对时间的知觉有较大的含糊性和局限性，他们从父母那儿模仿学到了一些有关时间的词语，但却不能把它用在正确的地方。他们的注意力从1岁起就开始不断地发展，一般来说，1岁半时能集中注意力5～8分钟，2岁能集中10～20分钟，能长时间地注意一个事物，自己也能独立地玩较长的时间。

这时应让宝宝更多地参与日常生活，在这些活动中，既能促进一家人之间的亲密关系，让你感受到宝宝给家庭带来的无尽快乐，而且还能在活动中教宝宝数数、认识事物，教宝宝说话，培养他独立的能力及爱清洁和爱整齐的生活习惯。

二、宝宝自理能力的培养

1～2岁宝宝的动作，语言，认知，品德行为以及生活自理能力都会发生长足发展，父母必须在这段关键时期，不失时机地对宝宝进行正确的教育，训练和培养，使宝宝达到体、智、德、美全面发展，茁壮成长。

1.用汤匙进食

当宝宝能自行用汤匙进食时，表示其手腕动作的成熟度已与父母相近，自理能力也已发展到一定的水准。此时对宝宝的要求可以高一些，不仅能够使用汤匙，还需要培养一些用餐礼仪，如吃东西时一手拿餐具，一手扶住碗；吃完才能离开餐桌；食物不能洒落太多等。

父母可先带着宝宝练习使用汤匙，拉着他的手作出“舀”的动作，并协助其把汤匙中的食物送至口中；也可搭配玩具进行练习，增强宝宝的学习动机。让宝宝从练习喂玩具娃娃开始，再运用到自己身上；平常可多玩一些运用到手腕动作的游戏，如铲沙子，增加手腕活动的灵活度；创造机会让宝宝

与其他宝宝一起用餐，增强其观察、模仿的意愿，尽快学会使用汤匙进食。

2.自己吃饭

对宝宝而言，自己吃饭不仅仅是吃而已，还是一件新奇、好玩的事。有些父母担心宝宝弄脏地板、衣服而自己喂宝宝吃饭，剥夺了宝宝练习的机会；其实让宝宝学会自己喂食，比桌椅、地面整齐清洁要来得重要，父母可在地面、桌上铺些纸或布，减少清理的麻烦，也可在他身边，抓住宝宝的手引导他练习。

3.咀嚼固体食物

宝宝的口腔肌肉越来越灵活，加上牙齿的咀嚼能力日益提升，能吃的食物种类越来越丰富，对于均衡摄取各种营养大有帮助。需要注意的是，父母要随时提醒宝宝养成细嚼慢咽的习惯。

父母可提供切成片的苹果或稍微硬一点的饼干，让宝宝练习用门牙咬断、用舌往后送并且吞咽，逐渐养成先吞下一口、再吃一口的习惯；食物不要切得太细，多给宝宝提供练习机会，以学习咬断食物。比如肉条、烫过的西芹等切成小段的食品，都是宝宝练习咬断食物的好食材。

4.拿杯子喝水

宝宝自己用杯子喝水，可以训练其手部肌肉，发展其手眼协调能力。但是，这阶段的宝宝大多不愿意使杯子，因为以前一直使用奶瓶，所以会抗拒用杯子喝奶、喝水。即使这样，父母仍然要适当地引导宝宝使用杯子。

①首先给宝宝准备一个不易摔碎的塑料杯或搪瓷杯。

②杯子的颜色要鲜艳、形状要可爱，且易宝宝拿握。可以让宝宝拿着

杯子玩一会儿，待宝宝对杯子熟悉后，再放上奶、果汁或者水。

③将杯子放到宝宝的嘴唇边，然后倾斜杯子，将杯口轻轻放在宝宝的下嘴唇上，并让杯子里的奶或者水刚好能触到宝宝的嘴唇。

④如果宝宝愿意自己拿着杯子喝，就在杯子里放少量的水，让宝宝两手端着杯子，成人帮助他往嘴里送，要注意让宝宝一口一口慢慢地喝，喝完再添，千万不能一次给宝宝杯里放过多的水，避免呛着宝宝。

⑤如果宝宝对使用杯子显示出强烈的抗拒，父母就不要继续训练宝宝使用杯子了。如果宝宝顺利喝下了杯子里的水，父母要表示鼓励、赞许。

5.刷牙

刷牙不仅是良好的卫生习惯，也能让宝宝提升手部运作的能力。虽然宝宝此时还不能刷得很好，不过重点在于让宝宝接受刷牙。因此，父母务必要有耐心，持续协助宝宝刷牙，直到他养成习惯为止。

可从带宝宝一起购买牙刷开始。平时盥洗用品应放在宝宝容易拿到的地方，刚开始父母可抓住宝宝的手教导，上列牙齿由上往下的方向，下列牙齿由下往上，里外都一样。接着漱口，然后以毛巾擦干、完成动作，并将用具放到原位。

把牙刷放进口中，刚开始可能会让宝宝感觉不舒服，可先以牙刷套套在宝宝手指上，让他慢慢接受刷牙。一开始可以不用牙膏，避免造成宝宝不适，刷牙后直接用清水漱口即可；父母与宝宝一起刷牙，让他模仿父母的动作。由于刷牙牵涉手、嘴、眼的协调动作，所以不妨对着镜子练习，以便宝宝更好地掌握姿



势；刷牙时先从前面的牙齿刷起，再刷后面的牙齿；鼓励宝宝自己刷牙很重要，但是碍于能力不足，宝宝刚开始很难真正刷干净，还需要父母的协助。因此，可以先让宝宝自己刷，最后再帮他从前到后完整地刷一次，确保口腔卫生。

6.自己洗手

父母可以给宝宝示范洗手的过程，让宝宝学习并加以练习，每天和宝宝一起洗几次手，让宝宝觉得洗手确实是一件很重要的事。

①冲洗前告诉宝宝要把袖管尽量捋高。

②可以先用流动的清水洗，再涂婴儿肥皂，揉搓至少6下（婴儿肥皂并不是每次都要用）。

③洗手时与孩子一起哼唱一定长度的歌曲，如唱一遍“生日快乐歌”，大约就是10～15秒种，边唱歌边洗手，一举两得。

④注意要用水把手上的肥皂泡洗掉。

⑤告诉宝宝手上不滑了才算冲洗干净。

⑥洗完后不能让宝宝乱甩水渍，要用干净的毛巾或纸巾让宝宝自己擦干。让宝宝自己挑选喜欢的肥皂和毛巾，激发他使用它们的好奇心。

7.走路

宝宝扶着东西移步、独自站立到迈出步伐走路，代表着他的世界已扩大且丰富了。所以宝宝学会走路后，每次出门要尽量让他自己走路，避免抱或是坐手推车。上下楼梯也尽量让他自己爬。

8.脱外套、裤子及鞋子

在会穿衣裤之前，必须先学会脱衣裤，因为“脱”比“穿”的动作更

容易。宝宝到了2岁左右，喜欢自己脱衣服、鞋子，父母可先让宝宝用玩偶进行练习，经过实际操作后再运用到自身。父母应为宝宝准备容易脱的衣和鞋，如扣子简单的上衣、有松紧带的裤子或裙子、粘贴式的鞋子等，并教导宝宝简单的步骤。

短袖衣服、短裤比长袖衣服、长裤更容易脱，建议从短裤、短袖衣服开始练习，不论用什么姿势，只要宝宝能顺利脱下衣服都可以；脱衣服需要运用到关节动作，可依照宝宝的习惯帮他分解各种动作，以开襟式衣服为例，先解开衣服扣子或拉链，脱之前把衣服往前拉，再把手伸离袖子。父母可适时提供协助，让宝宝对脱衣服建立自信心，并提升学习意愿；脱裤子时，先让他站着，协助他把裤子往下拉至大腿处，再让他坐下来，自己把裤子拉到脚踝处，然后把脚伸出裤管。

9.穿衣服

从容易穿脱的衣物开始练习，其中开襟式与套头式衣物的穿法不同，开襟式衣物比较容易穿脱，而套头式衣物则等宝宝两三岁时再练习。在开襟式衣物中，背心又比短袖衣物更方便练习。

先让宝宝分辨衣物的前后与正反面，协助他穿上一边，另外一边则可让他试着自己穿上；穿裤子时，先让宝宝坐着，把脚伸进裤管，再把裤子拉至大腿处，然后起身把裤子往上拉，接着做最后的整理工作；根据宝宝的能力发展，逐步提供难度高一点的衣物加以练习；要给宝宝留出足够的练习时间，不要因为急着出门



或其他原因而催促宝宝，更不要因为宝宝穿得不好而责备他，那样会打击其自信心，进而丧失继续学习的动力。

10.如厕训练

平时可安排宝宝坐在马桶上几分钟，让他习惯坐马桶这件事，提醒宝宝要大小便时要告诉父母。刚开始宝宝表示要大小便时，多半都已来不及了，对宝宝的失误，切勿责骂、处罚；当宝宝学会上厕所动作时，给他肯定、鼓励，让宝宝感觉上厕所是件愉快的事情。在这个过程中，父母一定要耐心陪伴，千万不可操之过急。

父母可为宝宝准备可爱有趣的坐便训练器，在父母上厕所时，可带着他一起进厕所，让他学习父母的动作，事先了解父母怎样如厕；尽量抓准宝宝大小便的频率，感觉宝宝差不多要排便的时候，可先询问他是否需要上厕所，然后让他在坐便训练器坐上三五分钟，如果能够顺利排尿排便，一定要加以鼓励，以建立其自信心；学习如厕的时间最好在夏天，万一弄脏衣裤也方便清洗；由于男女如厕方式不同，所以父母应共同承担起带子女学习上厕所的责任，让男孩女孩各自学习到合适的如厕方式。

11.帮忙做简单家务

不论收拾玩具或做其他家务，父母都应先带头作出表率，使宝宝有一个好的模仿、学习对象，提升参与的动机。另外，父母不要用大人的标准去要求宝宝，只要宝宝愿意做，就应给予鼓励。

平时可在家中的固定地方，放玩具的置物箱或适当置物处，作为玩具的家。当宝宝玩完时，刚开始可牵引着宝宝至玩具存放处，告诉宝宝“玩具要回家”了，让宝宝将玩具放回玩具的家中，养成物归原处的好习惯。当宝宝完成后，记得给予正面、肯定的鼓励；收下来的衣服可以让宝宝一起帮忙折叠。宝宝折好的衣服，放在抽屉后，别忘了称赞他，宝宝将会越

做越好；做其他家务也是一样，父母可一边做，一边让宝宝在旁边观看，时间一长，宝宝也想自己做做看。此时可准备宝宝的专属工具，如小抹布，邀请他和父母一起擦桌子，事后给予及时鼓励。

12.以语言表达

宝宝还小时，会用拉、抱、指或发出其他声音的方式表达需求，到了1岁以后，父母应鼓励宝宝多用语言表达需求，提供练习说话的机会。父母可示范说出完整的句子，当宝宝能以语言表达需求，而父母也给予适当的互动时，宝宝的哭闹次数就会随之减少。当然，适度给以鼓励，仍是必要的。

三、思维能力训练

宝宝提出的问题越多，那么他在婴幼儿期认识周围的东西也就愈多，要培养宝宝的智力，父母就要积极主动地启发训练宝宝的思考能力。

1. 剥鸡蛋



端一盘煮好的鸡蛋给宝宝看，并让宝宝摸一摸，告诉他鸡蛋应该剥了壳再吃。请宝宝一起剥鸡蛋，引导他把鸡蛋在桌沿上敲裂，然后模仿你的

样子，用拇指和食指剥蛋壳。

2.妈妈在哪里

父母出示准备好的图片，和宝宝一起认出各种小动物。然后告诉他："小动物们和妈妈去公园玩，可是人太多了，小动物们都找不到妈妈了，我们来帮它们好吗？"把小动物的图片排列好，让宝宝把分散的动物妈妈图片和小动物一一对应起来。

3.彩珠子

父母将一串穿好的珠子挂起来，请宝宝欣赏，然后对他说："小珠子特别爱照相，宝宝帮小珠子照相好吗？"把珠子放在纸上，固定好，然后请宝宝用彩笔按照珠子轮廓画下来，最后用笔把每个小珠子用线连上，一幅美丽的照片做成了！

4.不倒翁

拿出玩具不倒翁和宝宝一起推推玩。然后父母坐在地板上，双手托着宝宝的腰部，宝宝分腿坐在父母的脚背上，双手抱着父母的膝盖，有节奏地做前后俯仰动作。

5.我会上楼梯

父母用双手扶着宝宝的两腋帮助宝宝练习上下台阶，慢慢放开手。把玩具放在楼梯的第3～4级上，引导宝宝扶着栏杆走上去拿，父母要注意保护宝宝的安全，及时鼓励他，激发宝宝的兴趣。

6.我的力气大

和宝宝外出买东西的时候，让他帮助适当提一些东西，比如一瓶矿泉水、一个菜篮等。在家里，让宝宝帮助一起做家务，比如提一小桶水，搬一个小凳子等。父母要及时表扬和鼓励宝宝，激发他的兴趣。

7.移纸取物

妈妈在桌子上放一个色彩鲜艳的玩具，让宝宝先玩一会儿，然后，用透明纸或塑料袋挡在玩具前面，使宝宝看得见拿不到。宝宝会立刻伸手去拿，但只能碰到纸，妈妈要教宝宝将纸向旁边移开拿到玩具，或伸手绕过透明纸去拿玩具。这个游戏可以训练宝宝的知觉能力和理解的能力，并发展宝宝初步的思维能力。

8.拉杯子

在一个大口的塑料杯子里放一个玩具（玩具事先要在宝宝面前炫耀一下），拿一根带子穿过杯子把手，带子两头放在宝宝面前。让宝宝自己经过实验弄明白：要想拿到杯子和里面的玩具，就得同时抓到带子的两头。如果宝宝一开始做有困难，妈妈可以先示范一下。



9.叠得高

准备一些方积木，妈妈示范，将积木一块一块叠起。宝宝学着叠，叠得越高越好。当积木块倒下时再叠，一般不要求叠得方方正正，能互相支撑住就行。此外，家中别的东西（对宝宝无伤害的），都可以找出来，如大小瓶盖，一个叠一个；大小盒子横着竖着叠等。

10.找玩具

妈妈先背着宝宝把宝宝的一样玩具包在手帕里，然后再放入盒中，盖上盖子，再用大棉被将盒子盖好，最后在大棉被上遮上一块大帘子。接着，妈妈指着大帘子下面说："宝宝，玩具藏在大帘子下面，你把它找出来。"待宝宝费了一番周折找出玩具后，妈妈要好好表扬宝宝一番。在"找玩具"的动机驱策下，帮助宝宝理解大小，训练他的动作能力和思维能力。

四、让宝宝养成好习惯

宝宝一天天长大，从第一次模糊地发音叫爸爸、妈妈，到自己拿汤匙吃饭，从天天躺摇篮到匍匐前进，这一点一滴的进步都给父母带来了无比的喜悦欢欣。父母在高兴之余，要注意对宝宝好习惯的培养，为其将来的生活夯实基础。

1.让宝宝养成良好的饮食习惯

宝宝1岁以后的饮食开始从以吃母乳或牛奶为主转变为以吃饭为主。这就需要在饮食上保证宝宝身体发育所需要的一切营养物质，并且使宝宝

养成定时定量进食、不挑食、不偏食等良好的饮食习惯。这是保证宝宝身体健康的重要基础条件，宝宝只有身体健康才能够更好地适应外部环境，以抵抗疾病的侵袭；才可以使宝宝在以后的各年龄阶段里适应其生理发展的变化。

养成良好的饮食习惯，是低龄宝宝抚育的重要内容，主要有以下几个方面：

（1）少吃多餐，以保证让宝宝有足够的能量支持其频繁的活动

1～2岁的宝宝活动频繁，吃完饭经过短暂的活动之后，他们很快就会感到饥饿。当他们感到饥饿时，就会变得情绪烦躁并容易激怒，游戏的兴趣也会迅速下降。所以1～2岁的宝宝每天应吃5～6顿饭为宜。也就是说在宝宝与父母共同吃3次正餐以外，还应给宝宝2～3次加餐。每一餐宝宝吃的东西要少给勤添，吃饱为宜，不宜吃得太多。如果宝宝一次吃得太多，会产生胃胀的不舒服感觉，这样宝宝会对吃饭感到有压力，并出现拒食现象。

（2）注重食物的营养质量

错误的宝宝养育观念认为，宝宝吃得太少会影响健康；科学的养育观则认为：饮食的优劣重在质量不在数量。1～2岁宝宝好动难静，愿意玩游戏，所以很难安定下来吃饭。这就要求父母在给宝宝配餐时要保证有充分的营养，使宝宝吃的每一口食物都能被充分吸收，这样既能保证宝宝身体发育的营养需要，又适应宝宝不能安定吃饭的特殊需求。



（3）不要强迫宝宝吃饭

1～2岁的宝宝形成了一定的个性特点，并且大都有一定的逆反心理，如果父母强迫宝宝吃

饭，宝宝往往会因受到强迫而产生抗拒情绪。如果宝宝吃了不多的饭就放弃时，这是表示他已经吃饱了。此时父母不要凭自己的主观判断强迫宝宝继续吃饭，因为尊重宝宝自己决定是否吃饭的权利也是对宝宝的一种正确教育方式。父母的主要任务是保证宝宝在固定的时间为宝宝提供有充足营养，足以能引起食欲的饭菜，并培养宝宝形成健康的饮食习惯，而不是强迫宝宝吃饭。

(4) 要求宝宝和父母坐在一起吃饭，教给宝宝一些餐桌礼仪

一日三次的正餐应该让宝宝和全家人一起围着餐桌吃饭，这是培养宝宝学习社交和餐桌礼仪的最好时机。餐桌的礼仪要求是很多的，如何使用餐具、如何夹菜、吃饭时如何讲话等，这些要求都应该让宝宝在餐桌上学会。

(5) 宽容宝宝摆弄食物的行为

有许多宝宝在吃饭的时候会突然停止吃饭，用小手摆弄食物，或将食物扔在地板上挤压、到处涂抹。低龄宝宝出现的这种行为是正常的。1～2岁宝宝对许多事物都感到好奇，吃饭时因为某种条件的刺激，他们对食物产生了好奇感，为了了解食物和如何吃这种食物，他便用自己的方法去探索，其实这是宝宝的一种学习方式。如果宝宝出现了这种情况，父母不要责备宝宝，而应该及时告诉宝宝一些简单的知识。为了防止宝宝吃饭时搞乱餐桌，父母在饭前可以给宝宝穿上容易清洗的衣服，使用容易清洗的餐具就可以了。

(6) 让宝宝在安静的环境里吃饭

宝宝吃饭时要尽量在专门的餐厅里，吃饭时一般不要播放电视，不要让宝宝养成边看电视边吃饭的不良习惯。教育宝宝吃饭时尽量不要说话，更不要在吃饭时说笑。中国自古以来的餐桌礼仪就有“食不言”的要求。如果宝宝要求边玩边吃，或一边走路一边吃东西，父母应坚决禁止，这种不良习惯对宝宝的身体健康发育不利。

(7) 为宝宝提供广泛的食谱，防止宝宝偏食

1～2岁的宝宝可以适应成人的大部分饮食，所以正餐时应该让宝宝



与家人吃相同的饭菜，只是给宝宝吃的饭菜口味要淡一些，因为进食过多的食盐和调味品不利于宝宝的身体健康发展。如果宝宝不同意吃与父母一样的食物，父母可以适当的满足他，但应逐步改变宝宝的习惯。1～2岁宝宝喜欢吃一两种他最喜欢的食物，甚至连续几天只吃这一两样东西他也不会厌烦。对于这种习惯如果强行制止，宝宝可能会立即拒绝进食。最好的办法是在满足宝宝的要求的同时，每次给宝宝添加一点别的食物，让他逐渐熟悉新食物的味道。这个适应新食物的过程，大约需要一至两周的时间，约需十余次适应训练之后，宝宝才会接受新食物。父母在对宝宝进行训练的过程中，要有耐心，不要遭到一两次拒绝之后就停止训练。

(8) 为宝宝多提供独立吃饭的机会

让宝宝独立吃饭很重要，这是对宝宝进行独立性训练的重要内容，父母一定要多给宝宝提供独立吃饭的机会，让宝宝练习自己使用匙、筷子和杯子等。父母喜欢喂宝宝吃饭的做法不宜提倡，让宝宝自己吃饭可能会把餐桌搞得一塌糊涂，但对于宝宝的发展是有益的。给宝宝提供独立进餐的食物时，要避免易噎着的食物，如整粒的葡萄、果仁等。对一些较大的面食，父母应事先切成小块，以使宝宝安全进餐。

(9) 少饮果汁、多吃水果、多喝水，要保证饮用奶制品的质量

果汁的主要成分是糖分和水，因许多厂家在生产过程中不能严格控制质量，果汁里可能会含有不利于宝宝健康的添加剂。喝了太多果汁的宝宝

有可能发育不良，并导致腹泻、龋齿等。果汁里一旦含有危害宝宝健康发育的添加剂或激素，还可能导致宝宝性早熟的情况。宝宝每天喝的果汁一般不要超过150克，每天吃点水果并多喝点水比只喝果汁要好得多。水果含有丰富的维生素及其他营养素，水可以促进身体发育中的新陈代谢。如果要喝牛奶，每天早晨只为宝宝提供一杯约250克的牛奶就可以满足其身体发育的需要。尽量为宝宝提供鲜奶或保鲜奶，如果为宝宝提供的是奶粉，则一定要注意生产厂家及其奶粉的质量。

（10）不要贿赂宝宝吃饭，也不要把食物作为奖励手段使用

有些父母喜欢用宝宝爱吃的食物作为奖励的手段，以激励宝宝去做一些事情。这种做法容易使宝宝养成不良的饮食目的。另外在宝宝拒绝吃饭时一定不要贿赂宝宝吃饭，经常性的贿赂会使宝宝养成一种与父母讨价还价的不良习惯。

2.保证宝宝有充足合理的睡眠，养成良好的作息习惯

睡眠是宝宝身心发展的重要内容，没有充足的睡眠，就无法保证身体的健康发育。出生第二年的宝宝醒着的时间比生第一年明显延长。根据宝宝的睡眠改变情况，父母应该注重培养宝宝养成良好的睡眠习惯。

（1）要求宝宝养成按时睡眠的习惯

宝宝在1～1.5岁期间，由于刚刚学会走路和刚刚学会说话等原因，白天会很长时间不睡觉，这就需要父母主动哄宝宝睡觉。为了让宝宝能够养成按时睡觉的习惯，父母应该在固定的时间安排他睡觉。1岁半以前每天上下午各安排一次睡觉时间，上午应安排在10点左右、下午可安排在3点至4点期间。而1岁半以后的宝宝则只在中午安排一次午睡就可以了。经过多次训练，宝宝就会形成在规定时间入睡的生物钟反应。

（2）训练宝宝养成迅速安静入睡的习惯

有些宝宝因活动的原因在其即将睡觉的时候，大脑仍然处于兴奋状态，上床后迟迟不能入睡。最初父母可以为宝宝采取一些辅助的催眠措

施，如唱唱摇篮曲、播放轻松的音乐等。为了宝宝以后的身心发展以及培养其社会性、独立性的需要，这种辅助催眠措施应该逐渐减少。另外，要想养成宝宝迅速安静入睡的习惯，父母一定要注意在宝宝睡觉前1小时，尽量控制宝宝不要做激烈或容易兴奋的活动，让他的神经系统和身体肌肉得到放松。到了即将睡眠的时间，应该让宝宝将活动减少到最低程度，并使室内完全安静下来，这样的环境有利于宝宝迅速入睡。

（3）改变宝宝的不良睡觉习惯

有些父母在宝宝1岁前养成了用摇篮（车）晃动、怀抱宝宝双手摇动、让宝宝摸着母乳或嘴含橡胶乳头、用手拍宝宝睡觉等习惯，这些习惯一旦成为宝宝入睡的必要催眠手段，如果突然间失去这些催眠手段，宝宝就会长时间不睡甚至哭闹。因此父母在婴儿晚期，要有意减少这些手段的使用，到了宝宝出生的第二年，应该完全停止使用这些手段。对于已经养成了这种睡眠习惯的宝宝，可以采取逐步减少使用的办法来改变宝宝的不良睡眠习惯。



（4）培养宝宝按时起床的习惯

父母可以根据宝宝的睡眠是否达到了生理要求这一指标，确定宝宝的每次睡眠时间。因为白天宝宝睡得太多，容易影响晚间的睡眠，父母切记不可为了自己的方便而让宝宝白天贪睡，否则宝宝晚间会睡得很晚。这样既影响宝宝的身心健康发育，也影响父母的休息。

（5）让宝宝养成独立整理床铺、穿脱衣服鞋袜的良好习惯。

现在许多独生子女的个人生活习惯较差，独立生活能力不足，其重要

原因是父母的包办代替太多。所以在培养宝宝学习睡眠前、起床后独立整理床铺、独立穿脱衣服鞋袜等事项也是与睡眠相关的必要生活习惯训练，这一训练对于宝宝未来形成良好的独立生活能力有重要促进作用。

3.培养宝宝良好的卫生习惯

良好的生活卫生习惯是人的社会能力的一部分，对于低龄宝宝来讲，良好生活习惯的培养则刚刚开始，如果此时能够打下一个良好的生活卫生习惯基础，对宝宝的未来成长是十分有意义的。个人生活卫生习惯主要有以下几项内容：

(1) 养成饭前便后洗手的卫生习惯、培养独立盥洗的生活技能

1～2岁的宝宝大都喜欢玩水，所以教给宝宝饭前便后洗手的技能比较容易。在教给宝宝学习盥洗技能时，主要教他们在洗脸和洗手时应该将双手放到水龙头下，如何接水、如何搓脸、如何搓手、如何使用香皂等。另外还要教给宝宝学习漱口和刷牙技能，最初宝宝学习这些技能时可能会搞得一塌糊涂，如果父母能耐心教授，慢慢地宝宝都能掌握这些生活技能，到了2周岁的时候，大多数宝宝都可以通过父母的教育或托幼机构的教育掌握独立盥洗的生活技能，并能够形成饭前便后洗手的卫生习惯。

(2) 培养宝宝学习使用手帕和用卫生纸吐痰、擦鼻涕的卫生习惯

1～2岁的宝宝喜欢把手帕当做玩具使用，如果将手帕放在他们的衣袋里，他们很可能就会在某个游戏中将手帕扔掉。所以父母可以将手帕用一布条缝在宝宝的胸前，教给宝宝学习如何使用手帕吐痰或擦鼻涕，还应该教宝宝使用卫生纸来吐痰和擦鼻涕。这项技能如果教育得法，宝宝在18个月以后大都能掌握并形成习惯。在教育宝宝学习这些个人卫生技能时，一定要教育他们懂得不能随地吐痰和擤鼻涕的道理。

4.保护好宝宝的眼睛，培养宝宝良好的用眼卫生习惯

眼睛是心灵的窗口，婴幼儿期是视觉发展的重要时期。对于宝宝来讲，有一双明亮的眼睛，才能观察和认识世界，所以爱护宝宝的眼睛就像爱护他们的生命一样重要。宝宝的视力和视觉范围是随着年龄的增长而不断发展的。因此，在婴幼儿时期保护好宝宝的眼睛，对宝宝进行视力训练，养成良好的用眼卫生习惯，对于促进宝宝的智力发展有着重要意义。

宝宝出生两个月时其眼球就能追随较近物体而转动，婴幼儿期其视力已经有了较好的发展。在宝宝出生后第二年，宝宝的视觉能力已经比较完善，可以进行较多的户外配合语言的视力训练，同时还要采取一定的措施保护宝宝的视力，训练宝宝养成良好的用眼卫生习惯。

(1) 要避免宝宝开灯睡觉

许多宝宝喜欢开灯睡觉，这是一种影响宝宝视力的不良习惯。人在睡眠期间，眼睛虽然是闭的，但仍然能够感觉到光线的刺激，如果长时间开灯睡觉并受到强光的刺激，会影响宝宝视网膜黄斑部的发育。

(2) 培养宝宝养成良好的阅读用眼习惯

教给宝宝正确的看书、写字以及看电视的姿势。其要求是坐姿端正：头正、背直，眼与书本距离保持1尺左右。看书阅读之后要及时休息或进行体育活动，使眼睛及时得到休息。禁止宝宝在走路、乘车或躺卧时看书，因人在运动中或躺着看书，眼睛和书本不是直角



关系，加上宝宝的眼球调节功能和眼眶周围肌肉功能不完善，容易引起斜视的发生。

在培养宝宝良好用眼习惯的同时还要防止近视眼的发生。父母应保证宝宝看书、写字或画画时室内有充足的光线，光线应从左侧射来以免出现阴影遮光。不要在日光直射下或过暗的地方看书、画画，过强或过暗的光线以及字小模糊的图书等，都能使眼睛很快疲劳而影响视力发展。时间久了也会产生假性近视。

(3) 防止宝宝用眼直视灯泡和太阳，以防眼睛的损伤

宝宝对各种事物都好奇，有些宝宝对灯泡和太阳会因好奇而直接用眼睛观察，这种做法是非常危险的，长时间直视强光会导致视觉神经系统和眼睛细胞的损伤，而直视太阳会导致紫外线引起的损伤后果。

另外要避免让宝宝看电视。对宝宝来说，电视色泽的种类多、变化快、强弱又不稳定，强烈的光线刺激会影响宝宝视网膜黄斑部的发育。

(4) 防止眼睛伤害事故的发生

父母为宝宝选择玩具时一定要选择安全的玩具。对于飞盘、长矛、大刀等玩具，尽量不要让宝宝接触。还要防止宝宝使用家中尖锐、锋利的器物，如小刀、剪子、竹筷等物品玩耍，特别是同龄宝宝在一起时，要防止相互对打造成的眼睛伤害事故。

(5) 使用彩色画册、玩具引导宝宝学习区别相近似的颜色，培养宝宝的辨色能力

1～2岁的宝宝只能认识2～3种颜色，通过正确的教育可以让宝宝认识并说出颜色。还应注意要经常让宝宝观察绿色和蓝色，如青草、绿叶、树木等，经常看这些颜色有利于宝宝的视力发展。

(6) 引导宝宝参加活动

引导宝宝参加一些力所能及的体育活动和使用眼睛的游戏活动，如捉迷藏等，让宝宝学会耳听眼观的观察能力，以促使视力的敏锐性发展。

(7) 教育宝宝不用手揉眼睛

要让宝宝知道，当眼睛进入异物时不要用手揉眼睛，也不要用脏东西擦眼睛，使宝宝从小形成自我保护眼睛的意识和卫生习惯。

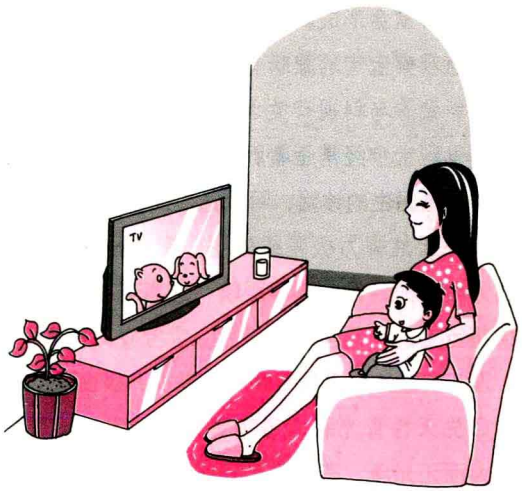
(8) 应注意避免宝宝经常性发热，出现发热时应及时治疗。

因为宝宝的体温调节中枢发育不完善，调节功能差，易引起高热惊厥，导致视网膜动脉痉挛、充血、视乳头水肿，从而影响视网膜黄斑部的发育。

(9) 掌握判断宝宝眼睛病变的知识与方法

婴幼儿期是眼睛容易生病的阶段，父母掌握判断宝宝眼睛好坏的知识和方法是十分重要的。父母在发现宝宝出现下述情况时应及时到医院检查治疗，许多眼病通过早期治疗一般都能治愈或予以改善，因此父母不可以对宝宝眼睛出现的异常情况掉以轻心，否则将会因失去治疗良机而造成宝宝和父母的终身遗憾。

①弱视。弱视的主要特点是畏光，即眼睛害怕接触光线。如果宝宝在较强的灯光或阳光下不敢睁眼睛，可能两眼都是弱视，如果闭一只眼而微睁另一只眼睛，则闭的这只眼可能是弱视。



引起宝宝弱视的病因较多，大致有以下原因：小儿斜视、高度远视、近视和散光、先天性白内障、重度眼睑下垂，以及先天的视中枢及视神经发育不良等。先天性弱视治疗后效果较差，而屈光不正性、

斜视性、屈光参差性等类型弱视治疗后效果较好，如能早期发现并获得及时和正确治疗，绝大多数宝宝视力都可以提高，获得正常视力的可能性也比较大。

②斜视。斜视是眼位不正，根据眼位偏斜的方向分为内斜、外斜、上斜、下斜和极少见的旋斜。眼球向一侧偏斜叫单斜视；两眼球靠拢，叫内斜视，也就是人们常说的对眼、斗鸡眼；两眼球分开，叫外斜视；一眼高一眼低叫垂直性斜视等。有的宝宝斜视发生较早，在出生后几个月内就出现的斜视，多为先天性斜视。也有2岁以后发生的斜视。许多斜视常伴有高度远视或高度近视或弱视，也有视力良好的眼睛发生斜视。有的斜视比较稳定，有的斜视不稳定，只在劳累、精力集中或精力分散时发生；有的斜视看远处时加重，有的斜视看近处时加重。

斜视宝宝常有以下几种表现：阳光下喜欢眯起一只眼睛，这是想排除偏斜眼引起的视力干扰；看东西时面部位置向左偏或向右偏，下颌内收或上抬，头向左肩偏斜或向右肩偏斜。有些宝宝喜欢歪头视物，将其一眼遮盖后立即改善，这是由于两眼高低不一致的斜视所致。由于斜视引起复视的原因，患儿用这些头面部的改变来以减少复视的干扰，如长时间保持头面部位置的异常会形成斜颈、脊柱侧弯、面部发育不一致等症状，所以，父母要留意观察宝宝的眼睛有无偏斜及斜颈现象。斜颈是斜视的一种表现，但有些斜颈除与斜视有关之外，还可能与颈部的肌肉发育不正常有关，父母一旦发现宝宝经常歪着脖子时，就应该将宝宝带到医院眼科和外科进行检查。通过医生的诊治，可以通过配戴眼镜或手术使斜视得到矫治。

③先天性视力极差或失明。患这种眼病的宝宝经常闭眼不睁，即使在白天醒着的时候也不睁眼睛，这意味着宝宝可能没有光感或光感极差。如果将宝宝的一只眼睛遮盖后，宝宝立即哭闹不安或出现行动不准确的情况，没有被遮盖的那只眼睛可能是视力极度低下或失明。

④先天性青光眼。患有青光眼的宝宝眼睛显得特别大，其眼球特别黑，大而无光泽，有时像玻璃眼，经常出现眼睛疼痛和头痛的症状。这类宝宝夜间经常啼哭不止，即使白天也经常出现无缘由的啼哭，这主要是眼

睛或头痛引起的。

⑤先天性白内障。宝宝在发育过程中晶状体发育生长障碍会引发先天性白内障，大致有内源性和外源性两种病因。内源性先天性白内障与染色体基因有关，这种疾病一般有家族遗传史。外源性先天性白内障是指母体或胎儿的全身性疾病对晶状体的损害引起的。母亲在妊娠前3个月内患病毒感染，如风疹、麻疹、水痘、腮腺炎或甲状腺机能不足、营养不良、维生素缺乏等疾病，都可引起宝宝的先天性白内障。先天性白内障主要特征是瞳孔区发白，视力模糊。对于视力影响不大的患儿，一般不需要治疗。对明显影响视力者，应尽早进行手术治疗，一般宜在3～6个月时进行手术，最迟不要超过2岁。手术后要及时进行屈光矫正，包括眼镜、角膜接触镜等，3岁以上宝宝患白内障并严重影响视力者可植入后房型人工晶状体。

⑥视网膜母细胞瘤。视网膜母细胞瘤是婴幼儿最常见的眼内恶性肿瘤，分为遗传型和不遗传型两种，这是婴幼儿眼病中危害性最大的一种恶性肿瘤。视网膜母细胞瘤一般发生于视网膜核层，具有家族遗传倾向，多发生于5岁以下。这种疾病可单眼、双眼患病，发病后容易发生颅内及远处转移并危及患儿生命。视网膜母细胞瘤疾病在婴幼儿期不能自述有无视力障碍时，一般不易被父母发现。当肿瘤增殖突入到玻璃体或接近晶体时，瞳孔区会出现黄光反射，呈现黑蒙性



猫眼症状时导致视力障碍、瞳孔散大、出现白瞳症或斜视时才能被父母发现。因长期高眼压的影响，伴随这种疾病的病状还有眼痛、头痛、恶心、呕吐、眼红等症状或出现“牛眼”外观，大角膜，角巩膜葡萄肿等外观表现，这是父母们应该格外注意的。早期发现、早期诊断及早期治疗是提高视网膜母细胞瘤治愈率、降低死亡率的关键。

五、运动能力的训练

宝宝在各个年龄阶段的身体、智力发展是各不相同的，年龄越小，动作越不灵活、不协调、不平衡，体力也较弱，尤其是思维活动和行动分不开，所以培养宝宝运动智能也要选择符合他们年龄特点的方法进行训练，这样效果才好。

宝宝1～2岁是身体移动能力、自助能力及动作技能发展最迅速的时期，宝宝的身体智能更加协调，可掌握原地跳、兔跳、跑、爬楼梯等动作，手的协调动作进一步发展，从最初的不会使用工具，经过自己探索，模仿父母，最后能够按工具的特点使用简单工具。所以，父母要根据宝宝身体运动智能的发展特点，更有目的，更有针对性地来对宝宝的运动智能进行培养和开发。

1.大运动的训练

1～2岁的宝宝会走了，这对于宝宝来说，等于开辟了一块新天地，能够更全面地感知这个世界。走，有利于发展宝宝的各个感觉器官，扩大对外界事物的认识，促进宝宝的心理发展，更能增强宝宝腿部的力量，因此，父母应创造各种条件让宝宝有较多的练习走的机会。除了走之外，跑、跳、爬、滚等这些动作不仅能使宝宝骨骼生长，肌肉结实，关节灵活，还能使宝宝的心脏跳动有力，呼吸和消化系统的生理机能得到加强，

并且宝宝在进行这些动作的活动过程中逐渐学会了在各种情况下保持身体的平衡，有利于发展宝宝的身体灵活性和协调性，对宝宝的方位知觉和视觉能力等的发展也有着很大的作用。所以，父母应通过训练宝宝的走、跑、跳、爬、钻、翻等动作，来开发宝宝的运动智能。

(1) 走

在户外或室内宽敞的地方，让宝宝扶着家具练习走动。父母可坐在不远处把手伸向他，呼唤他的名字要他过来。随着宝宝行走能力的提高，父母与宝宝的距离可以逐渐拉远，等宝宝在掌握了“高度感及平衡感”之后，他就会越走越好。在宝宝会走时，父母为宝宝示范各种不同的走路方式：横行、倒退、像马儿一样高抬腿走路，还有齐步走、踮脚走和滑行等，也可常用比赛的办法来激发他走路的兴趣，比如事先约定个终点，两人同时开始走，为了争第一，宝宝会使出全身力气“走”。为了鼓励宝宝向前走，父母有时可故意落在后面，让宝宝有成功感。

也可以让宝宝念着儿歌拉着各种拖拉玩具走，这可以训练宝宝负重行走的能力，如：拖着玩具，边唱儿歌：“小小鸭，走走走”或“小小鸡，走走走”……学习小鸭走路，或小鸡走路等。



也可以在户外或室内的地上摆两根绳子，呈小桥状，让宝宝拍着手在双线内“过桥”，随着宝宝走路逐渐平稳，摆出的形状可以复杂化，这可以很好地发展宝宝走路时的平衡能力。或者和宝宝一起走在街上时，看见街沿或绿化带的石条，可

以当成平衡木来走。这些都是训练宝宝平衡能力的好方法。

在宝宝会走路时，有一段时期，宝宝会“懒得”走路，这时父母可以利用一些方法来促使宝宝走，比如让宝宝一路上数数路边的树、电线杆或别的东西，宝宝会很有兴致，且不会让父母背或抱。也可以让宝宝边走边捡落叶和石子，宝宝会觉得很有趣，就不会让父母背或抱，当然，在宝宝太累时，还是要抱（背）他一程。总之，因势利导，充分利用自然环境发展宝宝走的能力，不仅会让宝宝觉得“走路”是一件十分快乐的事情，而且还能调动各种走来训练宝宝的肌肉群和神经系统，锻炼身体，激发宝宝的运动智能。

(2) 跑

在宝宝会跑的初期，带宝宝去户外平坦的地方做游戏，妈妈或爸爸小步跑在前，嘴里说：“宝宝，能追上妈妈（爸爸）吗？”让宝宝在后边追妈妈（爸爸），跑一段距离后，妈妈（爸爸）立刻转身面向宝宝，张开双臂，让宝宝跑过来扑到妈妈怀里，就算追到。

也可用一些玩具来促进宝宝跑的能力，做法是找一个大皮球，父母将大皮球抛出去，然后让宝宝跑着去把球捡回来交给父母，之后，父母再把球抛出，宝宝又去跑捡回皮球。

也可以有目的地引导宝宝朝一个方向跑，做法是把宝宝带到公园或是室外较宽敞的地方，让宝宝跑过去摸一样指定的东西，再跑回来，为了增加趣味性，父母可以边唱儿歌边让宝宝跑，比如：“宝宝，宝宝真爱玩，摸摸这，摸摸那，摸摸大树（墙壁、汽车、栏杆等）跑回来。”

如果父母和宝宝一起跑，则更能增强宝宝跑的兴趣。父母也可以准备2根长约 1米的木棍或竹竿，宝宝在前，父母在后，两人像抬轿子般各抓棍子的一端，由宝宝领头到处跑。可边跑边喊：“大马大马，快快跑！”这种方法可有效地促进宝宝跑的乐趣。

同样，除了这些训练宝宝跑的方法外，父母也可以根据自己的条件，发挥自己的聪明才智创设更多的方法，来对宝宝进行“跑”能力的训练。

（3）跳

“跳”能力是需要慢慢训练的，并且不要求父母对宝宝进行强化训练。父母可以根据宝宝的发展情况，合理创设符合宝宝“跳”能力发展的游戏来对宝宝进行训练。

从最基本的开始训练，做法是在平坦的地面上摆一根一米长的小棍，或是在地上画一条线，让宝宝站在小棍（线）的一边，双脚从小棍（线）的这边跳到小棍的另一边。

练习双脚跳，可以在场地一端放好用纸剪成的萝卜，让宝宝站在离“萝卜”8～10厘米处，当父母说：“小兔去拔萝卜吧。”让宝宝双脚跳着到“萝卜”跟前，拿一个“萝卜”跑回来，休息一会儿再跳着去拿。

训练宝宝高跳，父母可以手拿一个气球，举在宝宝的头上方，球与头的距离为根据宝宝跳起能撞上球为好，然后让宝宝双脚跳起，尽量用头去顶气球。

训练宝宝从高处往下跳，做法是准备一个30厘米左右高的小凳子，或者在台阶上，让宝宝将两臂向后上方举起，稍弯腰，稍屈膝，摆动手臂从凳子上跳下，宝宝们都喜欢这项游戏，而且会不厌其烦地反复去跳。

训练宝宝双脚原地向上跳，发展弹跳力，做法是爸爸和宝宝面对面站立，宝宝双手上举。爸爸拉紧宝宝的双手，一边唱着打夯的号子“我们打起夯—哟，嗨—嗨—唷—啊”，一边按节奏把宝宝提起、放下。要求宝宝能顺势向上跳起，落下时前脚掌着地并屈膝。注意让宝宝的动作尽量合上号子的节奏。同时爸爸在往上提宝宝的时候，可以时而用力，时而不用力，尽量让宝宝靠自己的力量往上跳，使游戏更有趣味。



(4) 爬

走路时遇到楼梯尽量让宝宝自己爬，父母可在下一台阶保护。不要催促，应多鼓励。为了提高宝宝的兴趣，父母可说些有趣的话，如“爬、爬、爬楼梯”或“宝宝、宝宝爬楼梯”等，在父母的引导和鼓励下，宝宝就能“熟练”地一层一层往上爬楼梯。

让宝宝爬上沙发或床等较高的地方，目的是让宝宝学习向上爬的能力，并且沙发或床是让宝宝掌握“高度感”的最佳场所。

在室内或户外松软的草地上，将一个长约2米、宽约0.5米的木梯，用海绵包起横着立放，让宝宝在各梯孔之间钻进钻出，这可有效地训练宝宝的钻爬能力。生活中训练宝宝钻爬能力的方法也有很多，比如父母可以选几把不宜翻倒的椅子，让宝宝在椅子下进进出出，练习钻爬。

将一些柔软的靠垫、枕头放在地上或床上，让宝宝从这些靠垫或枕头上爬越过去，以锻炼宝宝腿部的力量，训练其翻爬的能力。并且父母可以根据宝宝的爬的能力，逐渐增高宝宝翻爬的障碍。

爸爸、妈妈也可以共同来和宝宝做钻爬的游戏，比如爸爸膝盖着地，手撑地，搭成一个洞；妈妈和宝宝在一起，鼓励宝宝爬到爸爸搭成的“洞”里，妈妈也往“洞”里爬，可以和宝宝比赛，鼓励宝宝往前爬，宝宝爬到时，要为宝宝欢呼。总之，生活环境中训练宝宝钻爬能力的方法有很多，父母可以随时做，不必特意安排。

(5) 踢

在床上或户外松软的草地上，让宝宝站立，爸爸将其扶住，妈妈伸出手，让宝宝踢妈妈的手掌。在宝宝能够得着的范围内，妈妈把手掌逐渐抬高。

也可以将一个小沙包系上一根绳，父母提着让宝宝踢，或是让宝宝自己提着沙包自己踢。并且在父母提着沙包时，可以在宝宝能够得着的范围内，逐渐将沙包提高。

父母也可以准备一个小皮球，放在地上，让宝宝追着踢。这不仅可以训练宝宝跑、踢、单脚跳等能力，还能锻炼宝宝全身协调能力和平衡能力。

(6) 滚

在生活中，最常见的训练宝宝滚的方法就是翻筋斗，父母要帮助宝宝在床上，或是柔软的垫子上，摆出前滚翻的预备姿势：头顶垫子、手扶垫子，父母在后抓起宝宝的屁股向前翻滚。翻身时，父母要用手托着宝宝的头颈，这样可以让他翻得快而安全。随着年龄的增长，可以让宝宝自己翻。

也可以让宝宝平躺在床上或柔软的垫子上，翻身做横滚游戏，开始时，宝宝往往不能水平横滚，多次练习之后，就能滚直了，然后可以让他自由地玩。

不过在训练宝宝滚时，一定要注意安全，尤其是要在宽敞的地方，并且要在柔软的“地面”上进行，避免旁边出现棱角的东西，以免宝宝磕着碰着发生危险。

2.各种感觉的训练

宝宝最初学习的信息来自身体的各种感觉，先是眼、鼻、耳、嘴、脸部肌肉，然后才是两手会抓、挠等，接下来才是躯干和下肢，如翻身、坐爬、走、跑、跳等能力的发展。1～2岁是宝宝运动智能发展的基础期，主要在于建立各领域及各系统的基本能力，重点的发展项目包括有：知觉方面的前外侧触觉系统以及动作方面的抗重力大肌肉群，所以让此期的宝宝玩一些适当的游戏，发展他们的各种感觉器官，可以使大脑和身体互动协调，能够处理一些感觉信息，帮助宝宝提高整体素质。



（1）清洁牙齿

妈妈将手洗净，用市场上专卖的幼儿牙齿清洁软指套，以略带压力但稳定缓慢的速度轻轻搓揉宝宝牙龈牙肉部分，以及口腔内部两颊部分。

建议以循序渐进的方式，先由门牙开始，并配合游戏逐渐增加刺激的时间及广度。但妈妈要注意手指的安全，刺激时以食指动作，并以拇指与中指固定下颚，以避免宝宝牙齿咬合反射而咬伤妈妈的手指。

注意在为宝宝清洁牙齿时，父母一定要掌握好力度，不要过度用力以免搓伤牙龈，若持续有出血现象，请停止刺激并咨询专业医疗人员或牙医。

（2）摸摸、说说

找一些宝宝熟悉的餐具，如小勺、小碗、茶杯、奶瓶等，布口袋一个。出示这些物品，请宝宝逐一说出上述用品后，将用品放入袋子中。让宝宝将手伸到口袋中摸到一用具，先说出摸到了什么、是干什么用的，再拿出来看看说得对不对。

说对了，让宝宝继续摸；说得不对，由爸爸或妈妈来摸。请宝宝听父母的指令摸出相应的物品。注意切忌提供尖利、易碎的餐具。

（3）趴大球

可利用充气弹性大球来进行游戏，将宝宝置于大球上，或躺或趴，伴以轻微的上下弹动。

父母要注意两手应固定在宝宝的髋部，对于颈部功能尚未完善的宝宝，应特别注意固定以保护其颈部安全。

（4）赤脚走路

父母和宝宝一起把鞋子脱掉、赤脚走路。在父母的指导下，宝宝将有一次很棒的感受。和宝宝在不同的地面上走，如草地、沙滩、落叶上、温暖的人行道、泥巴、石头、水等，边走边说说感觉。用这样的词来形容：如凉、硬、软、滑、湿等。

赤脚走路对宝宝来说，是令他很高兴的事情，父母可以根据宝宝的这个特点，结合自己生活周围的条件多创设这样的活动来训练宝宝。

(5) 跳动的毛绒玩具

在地板上铺开一条大毛巾。将宝宝的毛绒玩具放在毛巾中间，告诉宝宝玩具就要跳起来了。让宝宝攥住毛巾的一端，父母攥住另一端，说："一，二，啊哟！"一起将毛巾举到空中。

继续练习，直到宝宝领会，听到"啊哟"时，要将毛巾举起来。注意确保让玩具熊一直待在毛巾上。玩一会儿后，加快举起毛巾的动作，以使玩具越弹越高。



(6) 摇啊摇

把宝宝平躺着放在毛毯中，脸朝上，爸爸妈妈各抓住被子的两角，左右轻轻地摇晃，观察宝宝的反应。待宝宝适应后，逐渐增加摆动的幅度和速度；用薄被把宝宝的身体卷起来，把头露出来，父母轻推宝宝的身体来回滚动，再拉住被子的两头，让宝宝自己侧滚出来。

该游戏可以反复进行，不过在游戏的过程中，父母要观察宝宝的反应，如果宝宝感到不舒服，应立即停止，不要勉强，并且游戏时，一定要注意把宝宝的头露在被子外面，以免宝宝窒息。

3.精细动作训练

"心灵手巧"，从这句话中可以看出大脑发育对手灵巧的重要性，而手动作的灵敏又会反过来促进大脑各个区域的发育。如果让宝宝的小手指更加灵活，触觉更加敏感，宝宝就一定会更聪明、更富有创造性，思维也

会更加开阔。此阶段的宝宝对精细的手指动作尚不易控制，父母应该多让宝宝做一些锻炼手指灵巧的动作，多给宝宝转转盘、拨号盘以及需要嵌合的玩具，让宝宝的手指多做翻转、扭转、旋转、滚动物品的练习；多练习穿脱衣服，特别是有纽扣、拉链儿的衣服，以给宝宝提供一系列练习精细动作的机会。

(1)折纸

目的：锻炼宝宝的手指协调能力。

准备：纸、彩笔。

方法：拿一张稍厚的纸，父母先折成一条小船（也可是小飞机、小纸鹤等），让宝宝看怎么折，然后让宝宝涂上颜色。

教宝宝折一些小玩艺儿，开始时宝宝会动作笨拙，但父母不要着急，当宝宝对折纸时，两边不对称，可帮他一下，当纸边翘起时，可帮宝宝压平。引导他一步一步地把东西折好。

折好的东西不要扔掉，还可以当游戏时的“道具”。虽然父母在这个游戏中占主要地位，但是相信经过对宝宝的多次训练，宝宝一定可以折好一些简单的东西。

(2)手指勾出好朋友

目的：训练宝宝语言与动作的协调能力。

准备：小板凳。

方法：父母和宝宝相对坐着，拍手对歌。在父母的示范下，宝宝与父母相对应地手指相勾，边勾边说：

小拇哥勾勾勾，我们俩是好朋友；

大拇哥勾勾勾，我们俩是好朋友；

二拇哥勾勾勾，我们俩是好朋友；

……

这一游戏做熟练了，便可让宝宝双手相对应的手指单勾，儿歌同上。

(3)搓纸条

目的：锻炼宝宝左右手的交替操作能力。

准备：长短不一的各色皱纹纸条。

方法：先选择长纸条让宝宝试着搓，边搓边说："搓搓搓，搓搓搓，搓根彩带飘呀飘。"再选择短的纸条指导宝宝双手搓，边搓边说："搓搓搓，搓搓搓，搓个蚂蚁爬呀爬。"

也可以让宝宝用一只手拿一软纸条，围着另一只手掌绕圈，边操作边说："五指山高又高，大龙绕啊绕；绕过大山，绕小山，停在山腰睡大觉。"让宝宝用一只手拿纸条在另一只手的手指间绕，最后停在手指间。这种做法可以练习宝宝左右手交替操作的能力，使双手平衡发展。

(4)瓶中捞物

目的：锻炼宝宝手的动作协调能力。

准备：塑料罐、山楂等水果、汤勺。

方法：找一些塑料罐，瓶盖要小到足以让宝宝用小手拧开。每个罐子里放山楂或杏子大小的水果若干。每次给宝宝一个瓶子，让宝宝自己打开盖子把里面的东西拿出来。也可给宝宝一个大汤勺，让宝宝用大汤勺将水果捞进竹筐里，看一次能捞几个。若宝宝有兴趣，可反复做，并督促宝宝加快动作速度。

(5)玩积木

目的：培养宝宝理解语言和动手能力。

准备：积木。

方法：去玩具店买一些积木，经常和宝宝玩各种积木游戏，如出示六面贴图或六面图案的方积木，父母教宝宝用积木搭成塔，每搭一块都要摆正；或指导宝宝把积木排成一列火



车，并推着火车“嘟嘟”地前进等。

也可在家，用牛奶盒、鞋盒等做成一次性的积木。如用胶条把牛奶盒的所有开口都黏上，再用纸把它们裹起来。鼓励宝宝用贴画装饰一下。和宝宝一起玩堆积木的游戏。每多堆一层，都要夸奖一下。有时，宝宝会觉得将堆好的积木推倒更有趣，那就允许宝宝把积木推倒再堆吧。这种积木最大的好处就在于当它们损坏时可以随时丢掉。装饰这些积木和堆积木，有助于培养宝宝的动手能力。

(6)剥糖纸

目的：培养宝宝的手指协调能力。

准备：糖。

方法：在吃糖时，父母可以先为宝宝剥一颗糖，可让宝宝在旁边仔细观看。把剥好的糖给宝宝吃。然后让宝宝试剥一颗糖给父母吃。剥时要注意观察宝宝剥纸的方法，要让宝宝用拇指和食指剥糖纸，不能用嘴咬。

(7)拆包装

目的：训练宝宝的想象和动手能力。

准备：各种纸张，如卫生纸、薄棉纸、锡箔纸、包装纸和报纸等。

方法：把宝宝的某一件玩具用收集起来的纸包起来。把包好的玩具给宝宝看，然后问：“猜猜里面是什么？”让宝宝拆掉玩具包装。当着宝宝的面把刚从包装里拆出来的玩具用另一种纸包起来。让宝宝再把包装打开，如此直到玩够了这个游戏为止。

这个游戏对宝宝来说有点难，宝宝会全神贯注地去做。扯纸的声音对宝宝而言比玩具本身更有意思。并且在以后的日子里如果父母经常在买来新东西后，让宝宝帮忙把包装打开，则会更加激起宝宝玩此游戏的兴趣。

4.使用玩具激发运动智能

对于宝宝来说，玩具在宝宝的成长过程中扮演着极其重要的角色，玩具是宝宝快乐的源泉，利用一些玩具进行游戏，有目的地创设一些运动训

练项目，这不仅可以锻炼宝宝的肌肉，促进动作的发展，激发宝宝的运动智能，而且还能启迪宝宝的心智。

（1）球

①足球。妈妈与宝宝对面站立或蹲着，与宝宝来回滚球。随着宝宝年龄的增长，妈妈可将球扔远，让宝宝捡回来之后再和妈妈滚。也可把足球放在草地上，父母示范，用脚踢着足球往前走，鼓励宝宝也向父母学习，用脚踢足球往前走。这种游戏可以锻炼宝宝的奔跑能力及手脚协调的能力等。

②篮球。把篮球给宝宝，让他学着父母的样子向墙上、篮子里（盒子里、箱子里等）、向前、向上、向左、向右、向后等投掷。这种游戏可以训练宝宝的上肢运动能力，并对其进行最初的篮球技能熏陶。

③皮球。皮球可以创设各种各样的运动游戏，如踢、投掷、拍等，父母可以根据自己的训练目的合理地选择。也可以这样玩：找几个空可乐瓶，在瓶子里装一半水，盖紧瓶盖，把瓶子摆成一排。距离瓶子 3～4米处摆一根绳子，再准备一只皮球。游戏开始，宝宝和爸爸妈妈进行比赛，一人单手将球沿地面向前滚出，撞倒尽可能多的瓶子。每人最多三次机会，看谁能用最少的次数把全部瓶撞倒。这个游戏可以锻炼宝宝的臂力和投准的能力，培养动作的准确性和协调性。



④气球。准备一只大气球和几把团扇。游戏开始，爸爸或妈妈把气球向上抛起，爸爸妈妈和宝宝各拿一把扇子，向上轻拍气球，使气球不落地。这个游戏可以练习挥臂击物动

作，培养宝宝手眼协调的能力。

⑤其他球类，如羽毛球、乒乓球、排球等，父母除了教授给宝宝这些球类的常规玩法外，还可以根据各种球的特性，来创设一些游戏，关键是父母要用心去创设。

（2）绳

①玩长绳，踩水浪。玩法是把绳子打开平放在地上，父母抖动绳子，让宝宝踩着另一端前进；在室内或室外较宽敞的地方活动，可以在地上拉一条绳，让宝宝两手抱头“走钢丝”。如果宝宝能较平稳地踩着线或绳行走，可以加大游戏难度，在宝宝头上放一个小枕头，让宝宝试着在“走钢丝”的时候不让枕头掉下来，以提高宝宝的平衡能力。

②玩绳圈。绳子是生活中常见的事物，任何材质的绳子都可以用来对宝宝进行体育运动训练，主要是父母要善于动脑筋，这样才能创设出更多玩绳的方法。

爸爸妈妈和宝宝比赛套绳圈。爸爸说：“看谁套绳圈套得快。”三人把绳圈从脚套入，通过身体，再从头上套出，也可以从上往下，展开比赛或挨次进行。

也可以玩“钻山洞”，玩法是 2人将绳子套于腰间或腋下，表示山洞，另一个人可钻过或爬过山洞。

（3）呼啦圈

①随圈走。在环境较为宽敞的室内或室外，父母与宝宝面对面站着，两人均用双手握住呼啦圈。可以伴着音乐或念着儿歌让宝宝绕着呼啦圈走或随圈往前走、往后走、往旁边走。也可以蹲下，站起来。这种玩法可以增强宝宝走的能力，并且还可以学习一些方位知识和听指令的能力。

②套呼啦圈。准备一个直径约40厘米的呼啦圈。让宝宝双手举起呼啦圈，从头顶向下套过身体，最后弯腰抬腿把呼啦圈从脚下套出，放在地上。还可以把呼啦圈放在地上，让宝宝双脚站在其中，双手拿起呼啦圈从下往上套过身体，最后把呼啦圈从头顶上拿下来。这种玩法可以训练宝宝从头到脚套圈的技能，发展运动能力和身体的协调性。

由于1～2岁的宝宝运动能力有一定的局限性，像摇呼啦圈、转呼啦圈等的游戏，宝宝是接受不了的。当然父母可发挥自己的聪明才智来创设更多符合宝宝学习的玩法。要提醒父母的是，如果在和宝宝玩呼啦圈时，能有一些小朋友一起玩，训练效果会更好。

(4) 沙包

父母用花布缝几个小袋，里面装些米或豆子做成“沙包”。沙包的玩法很多，无论是哪种，关键在于控制好沙包，这需要父母耐心指点和宝宝反复练习，这样他们才能玩得更好。同样，还需要父母发挥自己的聪明才智，来创设更多的玩沙包的方法训练自己的宝宝。

①投沙包。让宝宝把沙包拿在手里，屈肘上举用力向前投出。父母可先示范投掷动作。宝宝掌握动作技巧后，全家人可以比赛看谁投得远。这种玩法可练习投掷动作，发展上肢力量，培养动作协调性。

②“打坏蛋”。方法是在墙上贴一张画作“坏蛋”，让宝宝用沙包投打图画。这种玩法可以发展宝宝上肢力量，培养动作协调性，并且培养宝宝的目测能力、方位感和距离感等。

③踢沙包。方法是在地上画“房子”，或是画“梯子”，把沙包放在“房子”（“梯子”）的外面，用脚踢沙包，依次踢进每个格子，以不压线，不踢出“房子”（“梯子”）外为赢。不过这个游戏对于1～2岁的宝宝来说，有些宝宝可能还不具备玩这个游戏的水平，但是如果宝宝爱玩，经过多次训练，宝宝会玩好的。



(5) 平衡木

对宝宝来说，走平衡木既有趣，又具有挑战性，很多公园或游乐场所都有平衡木，它们很低，适合宝宝在上面行走。

过渡性的练习。找一块空旷的地方，指定一条线，如地面上地砖的接缝，让宝宝练习沿着这条线行走，每一步都要踩在线上。告诉宝宝一些掌握平衡的方法，如双臂伸平，手握一根小棍等。根据宝宝的情况逐渐增加走线的难度，如走曲线或一些不规则的路线。还可以选择平整的马路牙，扶着宝宝在上面行走，保护好宝宝的安全。

慢慢过渡到离地面有一定高度的平衡木上练习，开始时可以扶着宝宝的手，逐渐鼓励宝宝自己双臂张开，独立行走。

也可把宝宝喜欢的玩具放在平衡木的另一端，鼓励宝宝走过去拿回玩具。还可以让宝宝举左手，右脚独立，或尝试转一圈，甚至可以让宝宝头顶一些玩具来增加难度。

(6) 其他

可以创设一些障碍性运动游戏（设计一条路线，用椅子、凳子摆在“路线”上，让宝宝或钻、或跳、或爬、翻越“障碍物”），或攀爬游戏（如攀爬梯子）等，来发展宝宝的运动能力。

生活中的一些废弃物（如报纸、木板、纸箱、包装袋等），可以用来创设一些投掷游戏（把报纸制作成纸球，投篮）、钻爬游戏（用大纸箱作一个山洞，让宝宝钻山洞）等来发展宝宝的运动能力。

六、宝宝认识发展的飞跃——认知能力

宝贝进入1～2岁这个年龄段时，与外界进行沟通和理解外面世界的能力飞速发展。他那一刻不闲的大脑，正在逐步熟悉一系列的技能——认知、社会交往、运动等。那么，1～2岁的宝贝在认知能力上究竟会出现哪些飞跃呢？

1.宝宝记忆力大大增长

日渐增强的记忆力，在这宝宝出生第二年里为宝宝的各项发展起到了巨大的推动作用，包括说话、模仿、假想游戏等。宝宝已经能够记忆更多的内容，记忆内容也能保存更长的时间。这种记忆力让宝宝渐渐具备了从众多事物和现象中抽象出基本概念的能力，而抽象思维能力，使宝宝能够与外在的世界建立起更加复杂有效的联系。

父母助“飞”法：对宝宝喜欢的图书，父母可以和宝宝一起反复朗读，宝宝喜欢的歌曲，可以和宝宝一起多次吟唱，一起回忆生活中发生过的有趣的事情。说话时应先称呼宝宝的名字，看着宝宝的眼睛，目光交流。这些方法都有利于宝宝记忆力的增长。

2.宝宝开始连词成句

刚满1岁的时候，宝宝还只能说一两个词，到1岁半时，宝宝就能够说50个词，并呈级数增长。宝宝开始把词连成句子，而且理解能力远远超出表达能力。

父母助“飞”法：为宝宝连续讲述自己每天做的事情和活动，这种描述能够为宝宝呈现出大量的词汇，让宝宝获得丰富的语言资料和日常的对话伙伴。



3.宝宝注意到事物的异同

对1岁的宝宝来说，那只“汪汪”叫的小毛狗和那只“喵喵”叫的小花猫看起来几乎是一样的。到2岁的时候，宝宝就能够分辨狗和猫的差异，卡车和公共汽车的差异。

与此同时，宝宝能够根据物品的用途来给物品配对，比如茶壶和茶壶盖子是放在一起的，洋娃娃和项链是放在一起的。这些都是宝宝认知能力发展的表现，说明宝宝开始为周围世界中的不同物品分类并根据它们的用途来理解其相互关系。

父母助“飞”法：平时跟宝宝说话时，说清物品的名称，把物品按类别归类。父母可以帮着宝宝一起根据玩具的形状、颜色、用途来归类。

宝宝刚开始可能无法自己来完成，但是他会理解父母说的话，并学会分辨哪些是相同的，哪些是不同的。

妈妈在厨房做饭时，可让宝宝来帮忙“洗菜”，把木耳和白蘑菇混在水中，然后让宝宝把它们分放在不同的容器里。

4.宝宝对数量有所知晓

在这个年龄，宝宝能够区别出少与多，刚开始理解数词是跟数量相关的词语。到2岁的时候，宝宝能够明白1就是指一个物体，2、3等数词就表示多个物体，不过真正计数还要到宝宝更大一些才会。

父母助“飞”法：妈妈在餐前，可以和宝宝一起摆桌子，一起数出3个碗。给宝宝扣纽扣时，一起数出衣服上的4颗扣子。发饼干时，一起数出2块饼干。可以使用一些简单的形容数量的词，比如“许多”“少”等。

5.宝宝察觉到空间关系

如果给1岁的宝宝2块积木，他很可能把积木拿起来敲打着玩儿，到2岁

的时候，宝宝就能理解物体之间可以构成一些空间关系。宝宝会把两块积木搭在一起，同时，能够根据积木的形状把它放进圆形、三角形、方形、菱形的空格中。

父母助“飞”法：鼓励宝宝以各种方式体验自己的身体在空间中移动，他会明白上面、下面、中间这些表示空间方位的词的含义。

给宝宝提供一些容器和填塞物，宝宝会很高兴地往容器中装填塞物，再把填塞物倒出来，或者准备两三块木板拼图，宝宝也会很开心地炫耀一下自己的空间技能。

6.宝宝崭露出艺术潜能

如果给1岁的小宝宝一盒蜡笔，他会把笔往嘴里放。2岁宝宝的小手就不再是抓到东西就送到嘴里，他开始尝试把手里的物品拿来敲、扔、拍、舞动等。如果这时候开始提供画具，宝宝会拿起笔在纸上涂鸦。宝宝从涂鸦过程中学习到点、线等符号，并发现了这些符号与手部动作的关系。这种早期的涂鸦活动能帮助宝宝大肌肉的发展，并且让宝宝从重复的动作中学会视觉的控制。



父母助“飞”法：父母带宝宝到大自然中感受现实生活中的色彩、线条、平衡、对称、节奏、韵律等美的要素。

父母引导宝宝涂鸦，并对宝宝涂鸦始终抱一种赞叹、惊喜、鼓励的态度，这种积极的态度会鼓舞宝宝用积极的心态去探索这个色彩斑斓的纸笔世界。

七、培养宝宝记忆力

这个年龄段的宝宝主要还是以无意记忆、形象记忆为主。不过随着语言的获得可建立许多词语记忆，并能理解父母的指令。此时，一方面继续利用宝宝的无意记忆、形象记忆，教他认识、记住万事万物；一方面给宝宝一些简单的记忆任务，以促进有意记忆的蒙发。

除了中篇第二章介绍的各种培养宝宝记忆力的方法外，以下的方法也比较有效。

1.适当重复

越熟悉的事物宝宝越容易记住，重复的目的在于让宝宝加深对事物的印象。故事多讲几遍，宝宝可能自然而然就记住了。经常见到的事物宝宝就能记住。比如，父母想让宝宝认识各种颜色，不必专门拿色卡进行教育，只要在日常生活中，见到什么物品告诉宝宝这是什么颜色，这种颜色多说几遍宝宝就能记住。当宝宝看到绿色的树叶时，告诉宝宝："这些绿色的树叶很漂亮，这些树叶是绿色的。"当宝宝在吃红红的大苹果时，告诉宝宝："宝宝，你正在吃大大的红苹果吧。"如此，很快宝宝就能认识各种颜色。

当然，重复的次数要适度，以宝宝仍有兴趣为准，当宝宝对重复厌烦或已经能够记住时就不要再重复了。

2.形象辅助

3岁前宝宝对语词的记忆能力较弱，以情绪记忆、形象记忆为主。因而当父母让宝宝记忆儿歌、故事、字母、数字等抽象材料时，要配上图片形

象、动作形象或夸张的声音形象等。比如边讲故事边做动作，或将故事画成连环画，和宝宝一起看着画面讲故事，这些都有助于宝宝对故事的记忆。还比如让宝宝记家里的电话号码，可将电话号码编成一段乐曲或一首有趣的儿歌，这样宝宝就能记得又快又牢。当然，在运用形象辅助法时，可以结合运用“联想法”，将要记的内容想象成熟悉的形象，比如记数字，可以把每个数字想象成熟悉的形象：“1”像筷子；“7”像奶奶的拐杖……

3.一日生活回忆

宝宝每天的生活内容都是不同的，“一日生活回忆法”就是在一天内或几天后让宝宝回忆玩了什么？吃了什么？跟谁在一起玩？培养宝宝的记忆习惯。比如晚上睡觉前可让宝宝回忆今天中午吃了什么？傍晚和谁在一起玩的，玩了什么？大一点的宝宝可以让他回忆昨天或前天亲身经历的事情。

4.物归原处

学会物归原处不仅是良好生活习惯之一，而且有助于培养宝宝的记忆能力。物归原处法就是让宝宝做到：从哪儿取东西然后再放到哪儿，这样的要求有助于宝宝养成拿取物品时记住物品位置的习惯。久而久之，宝宝的记忆能力也就增强了。



5.记忆游戏

父母可以常和宝宝一起玩记忆游戏。

(1)这是我的

目的：宝宝对有“自主权”的东西有强烈的占有意识，利用宝宝的这种独立意识进行训练，宝宝会自觉地加强记忆。

准备：宝宝自己专用的毛巾、牙刷、牙杯和牙膏。

方法：把宝宝的用具和父母的放在一起，每次洗漱时，让宝宝自己拿取用具。换用毛巾、牙刷、牙膏时，挑选与原物不同色彩、不同形状或不同形象的物品，向宝宝展示一下新用具，让他比较与旧用具有什么不同。如果宝宝一时说不出，可拿出旧用具让宝宝比较。在以后洗漱时，看宝宝能否正确取出自己的新用具，并让他回忆新旧用具的不同之处。

(2)命名仪式

目的：训练宝宝回忆他所取的名字的能力。

准备：宝宝喜欢的玩具。

方法：把玩具排成一队，举办庄严的命名仪式，让宝宝为它们起名。可以从三个玩具开始，逐渐增加玩具。一段时间后，父母跟宝宝商量，由父母给它们命名，然后让宝宝复述。

(3)交朋友

目的：训练宝宝的交往意识和交际能力。

方法：让宝宝在小区里交些小朋友，在交往后，问宝宝一些问题：小朋友的名字？带着什么玩具？带他的是爷爷还是奶奶（外公还是外婆、爸爸还是妈妈……）？你们一起玩了什么？等等。当然，还应该正面引导交际的问题，比如，提起一个宝宝和小朋友玩得很愉快的游戏，问：你和小朋友玩得开心吗？你准备下次跟小朋友玩些什么等。

(4)做作业

目的：给宝宝提出各种记忆任务，会激发宝宝的独立感与自豪感，强化培养宝宝的记忆习惯。

方法：要让宝宝养成主动记忆的习惯，就要给他布置记忆的“作业”，也就是事先告知。比如，带宝宝出去散步前，在家的爷爷、奶奶或其他人表示羡慕状，要求宝宝回家告诉他们看到了什么。要求必须具体、

单一、指示清晰，如看看大树下有没有花儿、花园里小桌子装好了没等。“作业”由一项向几项发展，记忆对象由一个地点逐渐扩展到多个地点。

⑸讲故事

目的：训练宝宝的记忆能力和语言表达能力。

准备：有插图的故事书。

方法：给宝宝讲一个简单的图画故事，事先提出要求：等会儿你讲给妈妈听。结合图画，父母重复一些重点的语言、动作描述，重复的时候可以让宝宝跟着复述。然后让宝宝以图为助给你讲故事，在他有困难的地方适当提醒一下。如果他讲得与图书不一致不要去纠正，肯定他的合理创造；如果不合理而导致故事无法继续，适当帮他“拐个弯”接续。

⑹作客之前

目的：训练宝宝的记忆力。

准备：礼物。

方法：在准备出去拜访客人之前，交给宝宝一个任务：出门的时候提醒父母带上某件礼物。把礼物放置在不太醒目的地方，然后带领宝宝一起做繁忙的出门准备，看最后宝宝能否记得提醒任务。

⑺猜一猜

目的：让宝宝从瞬时记忆转向短时记忆和长时记忆，不但训练记忆力，对语言的理解力也有促进作用。

准备：宝宝的玩具、纸盒。

方法：把宝宝熟悉的玩具藏在一个纸盒里，或某个宝宝可以看到的容器里面。父母形



容一下跟玩具有关的记忆特征，比如，昨天给它洗过澡的，某某小朋友很想玩的……让宝宝猜一猜，里面藏的是什么玩具。

(8)欢乐剧场

目的：这个游戏刺激记忆力和想象力，能养成宝宝自我表现的习惯。

方法：挑一个宝宝喜欢的故事，让宝宝表演。看宝宝能否把主要内容表达出来。当然，父母要做提词人兼现场导演。在记录宝宝所完成的记忆量的同时，父母注意不要否定宝宝对剧情的创造。不能因为是记忆力训练，而扼杀宝宝的创造力和想象力。

(9)多了什么

目的：用归类材料训练记忆，不但强化记忆能力，还能让宝宝形成归类的思维方式。

方法：给宝宝一组同类物品的卡片，这些物品要在他认知的范围里，比如衣物、水果、家具等。一组五六张、七八张不等，根据宝宝的能力而定。让宝宝说一说它们分别是什么，比如：衣服、裤子、裙子等。然后让宝宝背过身，你再混进一张同类卡片，看宝宝能否指出多了什么。

(10)还有，还有……

目的：培养宝宝的联想记忆。

方法：给宝宝一些实物，比如苹果、梨等，让他说说还有什么水果。进一步的游戏可以将联想的范畴扩大，比如，给他碗、汤匙等，让他说说吃饭时还需要什么。如果他不但说出筷子、盘子，还能联想到围嘴、杯子等，那要好好表扬宝宝！

八、培养宝宝注意力

注意力总是和感觉、知觉、记忆、想象、思维同时发生。一个人如果没有良好的注意品质，将直接影响他的感觉、知觉、记忆、想象和思维能力的发展，也会影响他做事的效率。许多宝宝上学后学习困难，就是因为

注意力没有发展好。所以，训练宝宝的注意力是父母的重要责任。

1.利用宝宝的好奇心与兴趣培养注意力

让宝宝做他感兴趣的事情时，他会很投入、很专心。强烈、新奇、富于变化的物体最能吸引宝宝的注意。像会唱歌的卡片，会跳的小青蛙，会自己走路的小娃娃等，都能调动宝宝的好奇心，让他集中注意力去观察、摆弄，收获知识。

父母在给宝宝选购玩具或者图书时，尽量选取有趣、丰富、鲜艳、富于变化的，用来训练他集中注意力。还可以带宝宝到新的环境中去玩，如逛公园，让他看一些以前未曾见过的花草、造型各异的建筑；带宝宝到动物园看一些有趣的动物等等，利用宝宝对新事物的好奇心有意识地去培养注意力。

2.利用游戏培养宝宝的注意力

游戏是宝宝喜爱、最感兴趣的活动，父母可以在宝宝的游戏活动中有意识地培养他的专注力。

⑴戴帽子

这是一个配对游戏，父母把家里的各种空塑料瓶的瓶身和瓶盖放成两堆，让宝宝来配对，给瓶子“戴上合适的帽子”。瓶盖的大小要区分明显，让宝宝在动手操作中加强观察



的注意度，同时还能锻炼小手的肌肉。

(2)合作画

父母可以与宝宝合作进行“美术创作”。父母用深色粗笔画单线条图画，其中留些简单直线用浅色粗笔画，让宝宝用深色粗笔在浅色线条上描摹，合作完成一幅图画。等宝宝掌握后，可以将描摹改为临摹，由横线条、竖线条等简单的线条图开始，逐渐增加难度。

(3)讲故事

讲故事前，先与宝宝面对着面手拉着手坐好，再开始有声有色地为宝宝讲故事，并经常用眼神和体态、语言与宝宝交流，还可以用提问形式让宝宝参与讲故事。直到发现宝宝的注意力实在无法坚持集中时，立即宣布“今日故事讲到这里，明日继续。”随着听故事时间的延长，注意力的提高，可以发展到让宝宝收听电台里的故事。

(4)找回不见的玩具

妈妈与宝宝一同取出几件玩具，摆放在桌上，教宝宝清点玩具的数量，让他说出玩具的名称，记住玩具的种类。然后，让宝宝背过身，妈妈拿走其中的某样或几种玩具。最后问宝宝：“什么东西不见了？”让宝宝集中注意力去查看、回想、寻找。

(5)和玩具捉迷藏

妈妈先准备几样宝宝熟悉、喜爱的玩具，如玩具小熊、小鸭子等，然后一个个地拿给宝宝看，并问：“这是什么？”得到回答后接着说：“今天我们要用玩具小熊来玩游戏。”然后以同样的方式把其他玩具拿给宝宝看。

妈妈当着宝宝的面，把玩具放在不同的地方。并且对宝宝说：“所有的玩具都藏起来了，宝宝快去把他们找出来。”为了强化宝宝的注意力，一开始也可以让宝宝自己藏玩具，然后再去找。即使妈妈藏玩具，也一定要让宝宝看见，并且藏的范围不宜过大，宝宝每找出一件玩具，妈妈都要及时给予鼓励。

⑹给娃娃分瓶子

准备数张图片。图片上有一大一小两个娃娃，一大一小两对瓶子。妈妈给宝宝一支铅笔，让宝宝用笔画线，把大瓶子和大娃娃连接起来，小瓶子则和小娃娃连接。这个游戏也可以用实物进行。

⑺帽子戏法

拿一顶帽子，帽子深到能藏住物体，又能使宝宝触到其底部。往里扔积木，边扔边数数，或指出它的颜色，或按特定的顺序扔。

⑻手指游戏

利用手指木偶来表演一幕短剧，完毕后，将这些木偶套在宝宝的指头上，故事会吸引宝宝，有助于他将注意力集中于某个事物。应该鼓励他模仿，让他也来一次。

九、交流能力的训练

这个阶段的宝宝很喜欢参加社交聚会，会倾听别人的谈话，同时自己也能说一两个有意义的词。他会把玩具拿给别人玩，但很快就又要收回。大多数宝宝已学会了走步，因而可在家中到处走动，但由于生活能力差，对妈妈的依赖性反而日趋增加，妈妈一离开



房间就哭。尽管如此，宝宝还是产生了探索新环境、结交新朋友的强烈愿望，独立性与依赖性同时增长。

父母应想方设法，使宝宝养成良好的社交习惯。父母要尽量创造机会，让宝宝参加各种社交聚会。要让宝宝感到自己也是这种场合中的一员，如聚餐时，把宝宝的高脚凳和父母的坐椅一样，摆放在餐桌边，而不是让宝宝坐在妈妈怀里，各种集会场合要保证宝宝有一个看得清的位置。宝宝可能对旁人感到陌生和害怕，父母可以把宝宝介绍给不认识的宝宝或不太熟悉的人，让他习惯和别人在一起，并开始教他说“谢谢”。

宝宝正处于自立的愿望与安全的需要之间。父母应该知道是宝宝在成长，因为宝宝已意识到父母对他多么重要。因此，父母要适当对待，如每天带宝宝出去走走，找一个安全的地方，让他自由自在地和小朋友玩耍，即使衣服玩脏了也不要阻止宝宝，但要注意宝宝是否把脏东西放在嘴里。宝宝可能一时还不能和别的小朋友玩得很好，或充满敌意，但只要有兴趣，他们慢慢会和谐的。

1.社交智能的培养

社交智能是我们生活、工作和社会交往当中最有用的智能，所以培养宝宝的社交智能很重要。虽然宝宝一出生就开始了他们的社会交往，并且随着宝宝一天天长大，他们交往的对象不断扩大，交往经验和技能也在不断地增长，但这并不是说宝宝的交往智能是自然生成的，宝宝能自然而然地拥有优秀的社交智能。只有对宝宝进行有效的社交智能培养，宝宝才可能获得优秀的社交能力，这一能力对宝宝将来的成长有着深远的影响。所以作为父母，一定要尽自己的所能来培养宝宝的社交智能，以帮助他们赢得更加璀璨的人生。

家庭是宝宝最早学习人际交往的场所，亲人是宝宝最早的交流对象，所以在家庭中有意地创设一些有助于帮助宝宝开展人际交往的亲子活动，这对于培养宝宝的社交智能很有帮助。

⑴感受亲情

父母和宝宝扮演母鸡和小鸡，告诉宝宝怎样玩此游戏。如果有可能的话，可以买上一个母鸡和小鸡的头饰，使游戏更有趣。

按故事展开活动：有一天母鸡和她心爱的小鸡宝宝在花园里寻找食物（带宝宝到户外，做鸡寻食状）；母鸡“咯!咯!”地叫，小鸡也“唧!唧!唧!”地跟着（妈妈学母鸡叫，宝宝学小鸡叫），母鸡感到很疲倦，渐渐地睡着了（这时母亲闭上她的双眼并且将手放在脸颊部位，表示睡着了），当母鸡睡着的时候，小鸡就走开并且躲了起来（此时宝宝就藏起来了），母鸡醒了，就“咯!咯!咯!”地到处寻找她的小鸡（找宝宝，显出很着急的样子）。小鸡听到叫声，在躲的地方“唧唧”地回答。这样一叫一答，母鸡终于找到小鸡了，并且亲热地把小鸡抱进怀里。

玩的时候，母亲和宝宝交换一下角色：母亲扮小鸡，宝宝扮母鸡。这样宝宝会更明白怎么去玩这个游戏！宝宝特别喜爱这个游戏，因为在母亲寻找他的时候，他会有特别的情绪体验，宝宝会感受到母亲对他的爱和关怀。

⑵了解、关爱家庭成员

妈妈拿出家中成员的相册，给宝宝讲宝宝的一家：高大健壮的爸爸，美丽善良的妈妈，慈祥和蔼的爷爷奶奶等，让宝宝认识家人的长相，熟悉家人的性情，告诉宝宝大家都是爱他的，他也会感受大家的爱，并以同样的爱反馈大家。



然后引导宝宝看相册，让宝宝自己讲一讲相册里都有谁？他们在做什么？一共有几个人？让宝宝指着爸爸的照片，说说爸爸每天在家都干了什么？说说他的职业，性格，对自己的关爱等。以此类推，

让宝宝说说每个家庭成员。经常对宝宝进行这样的活动，加强他对家庭成员的了解和关爱。

此外，也可以通过生日会等方式来让宝宝知道，不光要享受家人给自己的爱，也要爱他们，关心他们。比如在家庭中爷爷奶奶过生日时，父母跟宝宝商量怎么给爷爷奶奶庆祝，引导他们帮助父母为爷爷奶奶操办生日宴会，挑选礼物等，让宝宝在这样的活动中自然而然地得到一些锻炼。也可以让宝宝做些力所能及的家务事来培养他对家人的爱心。

(3)搂抱

平常父母要多搂抱宝宝。比如父母下班后回家，当宝宝来迎接时，高兴地抱抱宝宝，亲亲宝宝的脸颊。

看电视时，看书时，给宝宝讲故事时，哄宝宝睡觉时等，父母都可以搂抱宝宝，让宝宝更多地体验父母的温情。

此外，在其他特殊的场合，如危险时、批评讲道理时的搂抱尤为重要。比如当宝宝在不该去的地方走来走去，父母就把他抱回来，搂抱着解释："那里很危险，你不能去。"宝宝能通过父母说话的语调懂得自己所做的事情是"不对"的，通过搂抱说话的方式，宝宝也会懂得父母对他的关心，并想保护自己，这种方法能增进宝宝对父母的信任。同样在批评时搂抱着细声细语地给宝宝讲道理，则宝宝更易接受。

(4)带宝宝走出家门

经常带宝宝到公园、广场等公共场所，让宝宝看看与他同龄或是比他大一点的哥哥、姐姐们玩耍，他会很感兴趣，就算宝宝不能参加到其他宝宝的活动中去，对宝宝来说，只要看看就很高兴。父母也可以与宝宝一起加入宝宝们的活动，以激发宝宝与人交往的愿望。

(5) 培养宝宝大胆说话

培养宝宝大胆说话是很重要也是很有意义的一件事情，父母要创设各种让宝宝想说话的环境，激发他大胆地把话"说"出来，但要注意以引导和鼓励的方式，切忌硬逼，否则会得不偿失，起到反作用。

父母要多和宝宝交流，什么都可以和宝宝说，比如对他介绍家庭成

员，介绍家庭情况，说说父母的工作情况，告诉他你目前所做的家务、食物等，只要能想到的，父母都可以和宝宝说。就算前期宝宝不可能与父母沟通，父母也要多跟他说，有助于他们的语言发展。

渐渐的等宝宝有了说话的欲望，父母在跟他“说”的基础上，培养他回应你，可以有意识地提一些问题，让他回答，或是认真地倾听宝宝说话，积极地给予回应，激励宝宝多说话。

也可以让宝宝进行自我介绍，自我介绍的对象可以是家人，可以是邻居，也可以是小伙伴。宝宝开始可能只能零星地说一些自己的信息，等到宝宝习惯了这种形式，他就会“系统地”介绍自己了。介绍自己的内容可以是：大名、小名、几岁了、在哪栋房子里住、最喜欢哪个人、自己平时爱做什么、喜欢吃什么东西、喜欢玩什么玩具或游戏、会唱什么歌曲……

2.社交技巧的培养

掌握一些社交技巧，并在交往中灵活使用，有助于与别人建立良好的人际关系，容易与别人达成共识，有助于交往的成功，所以教授给宝宝一些社交技巧对于他们来说有着很重要的意义。



(1)讲礼貌

平常在生活中父母要起到模范作用，只要父母跟人交往时有礼貌，宝宝自然能从父母的言行熏陶中讲礼貌。

在生活中也可有意识地对宝宝进行训练，比如在进入他人房间之前，让他先敲门；别人帮了他的忙，要说谢谢；客人来到家里，要热情地称呼，并做些力所能及的招待客人的事情，如给客人拿糖果等；总之生活中有许多情境可以用来训练宝宝讲礼貌，父母要善于捕捉这些情境。

也可以通过其他方式，如讲一些讲礼貌的故事，观看一些讲礼貌的情境表演，或是与宝宝做些交往中要讲礼貌的互动游戏等，来培养宝宝在交往中讲礼貌的习惯。

⑵培养合作意识

合作是宝宝未来发展、适应社会、立足社会的不可或缺的重要素质。因此，从小培养宝宝的合作意识和合作能力是十分重要的，父母要努力做好这方面的工作。

为宝宝树立合作的榜样。在日常生活中，家庭成员之间是否能分工合作、互相配合，会对宝宝产生直接的影响。如在洗衣服时，妈妈可以搓衣服，爸爸可以帮着清洗衣服；爸爸在做饭时，妈妈可以帮忙洗菜，摆好餐具等，这在无形中都为宝宝提供了积极的行为榜样。相反，父母之间的某些不合作行为也会对宝宝产生消极影响。所以父母要注意自身行为，为宝宝树立正面的榜样。

平常在生活中，让宝宝参与家里的一些力所能及的活动，比如让宝宝和父母一起给小狗洗澡、让宝宝一起协商家务安排等，有可能一开始时，宝宝会“乱说一气”，会做得一团糟，但这没关系，只要坚持和宝宝协商、合作下去，宝宝的合作意识会越来越强。

在日常生活中，父母应想办法为宝宝创造、提供与同伴合作学习和游戏的机会。其实，宝宝与其他宝宝一同游戏、学习的机会是很多的，如一起学走、拼图、搭积木、看图书、玩娃娃等。，在学走时，父母鼓励两个宝宝手拉手一起走，在这当中宝宝们知道只有互相搀扶，他们才会走得更稳当，这就让他们潜意识地了解到与人合作的好处。作为父母，既不要放过每一次让宝宝合作的机会，同时还要有意识地为宝宝创造、提供合作的机会，还要教给宝宝合作的方法，比如，搭积木或玩商店游戏前，应大家一起商量，分工合作，当玩具或游戏材料不够用时，大家可相互谦让、轮流或共同使用，这当然需要父母从旁协助，只要通过反复的、具体的合作情景训练，宝宝是能够逐渐在与人合作中学会合作的。

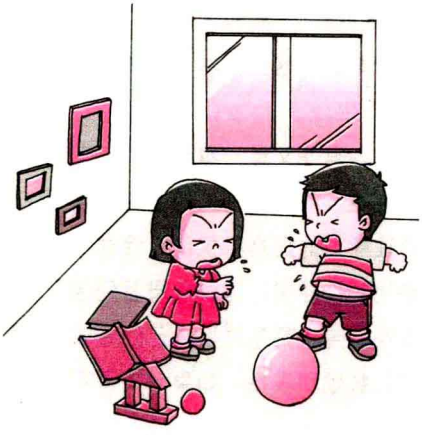
(3)培养爱心

生活中有许许多多可以让宝宝施展爱心的地方，父母们要善于抓住生活中的这些事物进行情境创设，有效地培养宝宝的爱心，相信，只要经过父母的努力，宝宝一定可以成为一个关爱别人的好宝宝，这对于他们的一生来说都是一种巨大的财富，会给宝宝带来无尽的幸运。

除了平常在家培养宝宝对家庭成员的关爱外，父母还要给宝宝创设一个团结互助，充满爱心的家庭环境，让宝宝生活在这种环境中，有助于他们的爱心发展。

父母还要将宝宝的爱心延伸到家庭之外的人或事物中去。如在与小朋友交往时，小朋友哭了，父母应该鼓励宝宝去抚摸小朋友，或是拍拍小朋友，或是把自己的玩具给小朋友玩，安慰他别哭；平常自己在吃东西时，鼓励宝宝把自己的东西分一半给小朋友。比如某地受灾时，父母可以给宝宝讲讲事情的原因，引导宝宝一起把捐赠钱款、物资送到捐赠处；或是在大街上看到行乞者，鼓励宝宝把身上的零钱送给行乞者；或是在乘公交车时，把座位让给老人或伤残人等。

还要将爱心延伸到动植物身上去，平常教育宝宝不要虐待猫、狗等动物，不攀折花园内、公路边的花草树木，要爱护植物。有些宝宝有虐待动物、损害花草树木的行为，父母看到后一定要制止、批评他们，让宝宝从小懂得万物都有生命，培养他们保护动植物的观念。



(4)引导分享

①树立榜样。在日常生活中父母要为宝宝树立良好的榜样，父母自身要善于与别人分享，宝宝会在父母这种榜样的熏陶中逐渐学会与人分享。

②培养分享动机。分享动机不是说

依靠外部监督力量，而是需要宝宝有一种发自内心的分享愿望和动机。这种动机首先来源于宝宝与别人分享过程中和分享后所体验的愉快感。父母的任务就在于强化、巩固这种愉快感。如在宝宝主动与别人分享玩具时给予适当的物质或精神上的帮助与鼓励，让宝宝能充分体验到与别人分享的乐趣。

③建立分享规则。分享规则对于宝宝分享行为的建立与保持也有着重要意义，是一种比较合理的、有效的外部强制因素。比如对宝宝之间的争抢玩具的情况，父母的常见对策是“轮流制”，即让别的宝宝和自己的宝宝轮流各玩几分钟。也可提倡“先宾后主”的制度，让别的小朋友先拿玩具玩，直到他不想玩为止，自己的宝宝如果想玩可以把这个意愿告诉正在玩的宝宝，但绝不能抢，开始宝宝会觉得很委屈，但父母可以让宝宝进行换位思考：“假设你也希望别人先把玩具给你玩，那人家怎么办呢？”这样，宝宝就会整自己的行为，只有建立起种种分享规则，才能让宝宝学会分享，学会合作和相互协商。

(5)冲突处理

当宝宝们发生冲突时，如果父母能引导宝宝从冲突中学到更好、更多的社交技巧，那也是一种很不错的教育方式，父母要善于把握这样的机会，对宝宝进行合理的引导和教育，让宝宝们学习一些避免发生冲突的方法，从而减少冲突的发生。

父母平常要注意教授给宝宝一些与人交往的技巧，如对人有礼貌，对别人有爱心，懂得与人分享和合作等，当宝宝掌握了这些基本的交往技巧后，就可以在与其他小朋友交往时减少冲突的发生。

当冲突发生时，最好让宝宝自己解决冲突。有些父母一看到几个宝宝起了冲突，就会立即冲上去，或斥责自己的宝宝，或指责别人的宝宝，这样，宝宝们只能不欢而散，对宝宝的人际交往能力的提高不仅没有促进作用，甚至还会误导宝宝，让他们以后也粗暴地对待冲突。建议父母看到宝宝们冲突时，先不要参与，静静地站在一旁观看宝宝是怎样以自己的方式解决的，如果解决得好，父母可以对宝宝进行鼓励和表扬，如果解决得不好，父母再去帮忙也不迟。

有时候宝宝间发生冲突了，父母总会责问自己的宝宝，宝宝多半是委屈地大哭或是默不作声，这样对宝宝都不好，父母应该以民主、和蔼的态度鼓励宝宝申辩，对宝宝的行为要有一个客观公正的评价，并为宝宝以后行事提出一些合理性建议。

如果宝宝被人欺负了，怎么办？父母最好的做法是：找个舒适便于交流的位置和宝宝待在一起，让宝宝顺畅地表达自己的想法，父母则认真倾听宝宝表达自己的愤怒，帮助宝宝找到正确的方法缓解他的愤怒。

3.社会生活的训练

人不可能脱离社会，所以应尽早让宝宝接触社会生活，从社会生活中学习一些社交技巧，这对于发展他们的社交智能很有帮助。

⑴打电话

父母拿起电话，假装拨号码，让宝宝接电话，然后互相通话，通话内容随意，可以相互问候、聊天等。父母如果打电话请宝宝帮忙拿东西，必须是宝宝容易看到、能够拿到或能拿动的。通话时也可问宝宝在哪里、在干什么等问题。当宝宝回答正确或描述完整时，父母要及时给予表扬，挂断电话时要说“再见”。当宝宝学会打电话后，可让他给亲友拨打电话。



⑵交友

平常多带宝宝出去走走，看到公园里、小区里的小伙伴们在玩耍，父母就鼓励宝宝加入进去，这个年龄的宝宝会很快与小伙伴“混熟”，不多久宝宝就会有固定的玩伴了。平常也可以邀请邻居小朋友或亲戚的宝宝来家与宝宝一起玩耍，一起唱歌，一起跳舞，帮助宝宝交朋友。如果

同时有几个宝宝在一起玩，让他们在一起分享玩具，一起做游戏，相互帮助，建立友谊。也可以引导他们玩一些找朋友的游戏，比如可以让宝宝们手拉手围成一个圈，一起唱歌，一起做游戏："找呀找呀找朋友，找到一个好朋友，敬个礼，握握手，你是我的好朋友，再见！"这首简单的歌可以帮助宝宝们理解"朋友"的意义，有助于他们交友。

(3)做小主人

注意父母的一言一行是宝宝模仿的榜样。在日常生活中，父母一定要以规范的行为做宝宝的表率，使宝宝潜移默化地受到熏陶。

例如，全家人（父母及祖辈）围坐在沙发上，茶几上放有果盘和几只不易碎的杯子，杯中各盛一半水。给宝宝戴好帽子和围裙，鼓励宝宝为大家送水，让宝宝双手端着杯子，一一送到父母手中，边送边学说："请××喝水。"父母应答："谢谢宝宝！"

也可以在家中有客人时进行此活动。客人来了，父母一定要热情接待，可以对宝宝说："宝宝，请阿姨吃糖。"并与宝宝一起把糖送给客人吃；客人走时，教给宝宝客气地与客人道别，欢迎下次再来。

(4)做客

从最亲近的亲戚开始，比如带宝宝到姥姥家，到了家门口，鼓励宝宝主动跟姥姥、姥爷以及屋里其他人打招呼；别人跟他玩时，鼓励宝宝跟人玩，给他拿吃的时要说谢谢，临走时，要引导宝宝向姥姥、姥爷说再见，告诉姥姥、姥爷有空到自己家玩。



在去陌生人家做客时，父母在做客之前可以嘱咐宝宝，不要害怕，叔叔阿姨都很喜欢宝宝，还应教他怎样与叔叔阿姨问好等。到了人家门口，应引导宝宝大大方方地走进去，相信宝宝看到热情的主人时，会放松很多。当宝宝做客的经验多了，也就习惯与人打交道了。

第三章 2～3岁婴幼儿早教

一、婴幼儿的阶段特点

宝宝每天都在通过各种活动接收着各种各样的“信息”，有来自听觉的，还有来自视觉的、味觉的、触觉的……在这样的“信息接收”过程中，他开始对周围环境中的各种声音、色彩、气味等东西发生了兴趣，他开始了对世界的探索和认知，同时也增强了对自己的了解。当各类信息进入宝宝的大脑以后，宝宝要对这些信息进行“处理”，并根据处理得出“结论和判断”，然后做出一定的动作反应，这就是宝宝的智力形成过程。

1. 语言发展

孩子近3岁时，到了学习语言的关键时期和器官协调、肌肉发展和对物品发生兴趣的敏感期，是动作、时间、空间概念加强的时期，是感觉精确化的敏感期，是学习第二语言的敏感期。

此时孩子由于语言能力的增强，思维的发育，他们更渴望得到说话的乐趣，此时让孩子学第二语言或进行亲子间的交流则十分要，与孩子玩接龙、猜谜等游戏对孩子也是很大的鼓励，或让孩子看画册，让他看图说故事。这时是孩子求知与渴望扩大对外界了解的阶段，父母要尽可能给予关

爱与指导。

让宝宝参与到谈话中来的一个最好的办法是问他喜欢做什么、他在做什么或怎么回事等。向宝宝提问之后，父母应该对他的回答表现出真实的、诚恳的兴趣，以便让他认识到是值得为谈话花费时间或精力的。同样，当宝宝想问你问题、求你帮忙或者仅仅请求你去看一看他感兴趣的某件事时，你也必须对他所做的和所说的一切表现出真正的兴趣。通过这种方式，你能帮他增强思考能力、理解能力和学习能力。要是他期望你对他所做的事有所评价，而你却心不在焉，“嗯啊”地敷衍他，那么他不仅学不到什么东西，而且，很快会以为你对他不感兴趣，这样，他以后就不会再求教于你了。

⑴父母做的每件事都能帮助宝宝

父母可以向他描述做的每件事，越详细越好，而不要像你跟别人说话那么简练。比如，要是他脱毛线衫时脑袋总卡住，妈妈可以说：“噢，宝宝，你衣服上的开口对你来说太小了。”用这种相当详尽的叙述方式表达“我来帮你”的意思。如果他拿不动某件物品，而你却能拿得动。那么你应该向他解释：因为你比他更强壮而这件物品又太重，所以你能拿得动。无论是否有必要，多和他谈谈颜色、形状、结构和数字，如“你吃这块绿色的糖，我吃这块红色的。”“看，这朵小红花多漂亮啊，我们闻闻香不香。”“爸爸的小汽车有四个轮子，这辆卡车有好几个轮子，让我们数一数吧！1个、2个、3个、4个、5个、6个、7个、8个。”

⑵引导宝宝谈话

如果父母问宝宝一直在花园里做什么，而他却答不上来的话，你可以启发他一下，帮他理顺思路，你可以这么说：“你在沙坑里做什么呢？”“你怎么从那个高架子上下来的？”“你骑自行车去哪儿了？”你还可以通过问“后来怎么样了？”这样的句子引导他继续往下说。

⑶帮宝宝学语法

当宝宝开始理解一些较复杂的话法知识时，父母可以帮帮他。像以前一样，你可以用正确的语序简单地重复一遍他的话。当他开始越来越广泛

地使用语法结构时，你可以帮他学习应用新词和新的表达方式，使用正确的语序来表达。

①否定词。在父母的帮助下，宝宝能学会正确使用否定词。通过听你讲话，他学会使用“不会、不能、不可能、没有、不是”这些词。

当宝宝说“我不吃饼干”时，你可以纠正道：“你没吃饼干”；当宝宝说“糖果不”时，你可以纠正道：“噢，亲爱的，没有糖果了。”

②提问题。用同样的办法，父母可以教宝宝学习正确地提问，并且让他学会在问题前面加上恰当的词。比如，当宝宝说“出去”时，你可以纠正道：“我们去哪儿？”当宝宝说“多点”时，你可以纠正道：“你还要冰淇淋吗？”当宝宝说“外套穿”时，你可以说：“你是怎么穿上外套的？”用这种方法，宝宝能学会使用提问的词，如：“什么、谁、哪个、哪里、为什么”。

③形容词。教宝宝学习形容词和认识物体间关系的最好的途径之一是向他解释一个词的反义词，所以，要是宝宝说“大球”，父母就可以找到一个小一点的球，向他解释像“大”和“小”这样互相对立的概念。父母可以向宝宝解释：若两物体比较的话，一物体比另一物体大，则另一物体必然比这一物体小。同样，父母可以向他解释宽与窄、厚与薄、深与浅、重与轻、硬与软的概念。生活中，父母可以随时随地给宝宝举一些恰当的例子，假如有可能的话，你还可以把这些例子编排在游戏里。



④若你不知道某个问题的答案，那么一定要诚实地告诉宝宝你不知道，但是可以补充说“让我们去翻翻书找找答案吧！”或者“让我们去问问爸爸吧！”或者“也许你妈妈会知道。”

有时，父母羞于向宝宝做出真实、准确的回答，因为他们以为宝宝无法面对现实，通常这类问题和死亡或性有关，但是，你必须坦率地回答那些问题，绝不应回避某个不好回答的问题。当然，你不必一字不漏地说出所有的事实，因为宝宝暂时还无法理解一个完整而准确的答案的复杂内涵。因此，在尴尬的情况下，你应做的是提供部分宝宝能接受和理解的事实。

2.独立交往

独立和同伴交往能够提高宝宝独立处理问题的能力。在没有父母参与下，宝宝需要自己去面对各种从未遇到的交往场景，为获得同伴的肯定和接纳，需要做出积极、友好的表示；为了保护自己，需要通过适当的方式展示自己的力量和意志等。例如，看到小朋友在玩娃娃，2岁宝宝也想凑过去玩，这就需要他开动脑筋想办法，并且把想到的办法付诸实践，达到能够与小伙伴共同享用玩具的目的。于是，微笑、身体的接触、友好的话语等社交策略都会被他们逐渐采用。



独立和同伴交往还能够刺激宝宝不断提高自己的能力。在游戏伙伴的选择中，为了使自己成为受同伴欢迎的人，能经常被别人选择为游戏伙伴，宝宝必然会尝试提高自己的交往能力。宝宝只有在与同伴的交往中才能更好地发展交往能力。

2岁后，父母应当逐步增加宝宝与同伴交往的次数和时间，对同伴交往的干预也要逐步减少，完成从宝宝同伴交往的主导者角色向指导者角色的转变，不要使自己的角色定位滞后于宝宝的心理发展阶段。

2～3岁宝宝的社交能力：会说“谢谢”“再见”“晚安”等问候语；能与爸爸、妈妈等亲人表示亲近；至少拥有一个友谊已维持了3个月以上的朋友；能主动欢迎来访的小朋友；能微笑着和客人说话。

2～3岁宝宝需要掌握的交往技巧：会主动与他人交往，特别是与同龄宝宝交往；能走到其他小朋友的身边，带上有趣的玩具，吸引别人的注意；会主动说好话，叫对方的名；展开自己的手臂，或者做与其他小朋友一样的动作等友好举动。

3岁左右的孩子表现出：渴望交友，求知欲强。这时是孩子性格培养的关键时期，也是吸收性思维和各种感知觉发展的敏感期。这时孩子的成长令父母十分惊讶，孩子突然变得乖巧懂事，与父母之间有了沟通和协调。孩子不再像以前那样到处乱窜、乱扔东西，而是变得安静、喜欢生活中的东西，懂得亲近家人，显示出让周围人喜欢的模样。此时帮助孩子与小朋友平等友爱地玩耍以及更多亲子间的的交流是培养其社会性的良机。父母要设法带孩子到公园或广场等孩子较多聚集的场所，使他们融入群体之中。

此时期孩子若缺少玩伴，可能会在心理中制造“想象中的朋友”，面对着房间墙壁或图书好像与人说话似的游戏着，这并不是不正常现象，而是渴求玩伴的心理表征。

二、个性形成阶段—想独立

当宝宝两三岁的时候，出现了最初的自我概念，开始出现“给我”“我要”“我会”“我自己来”等自我独立意向，如果这时宝宝的独立活动要求得到满足和父母的支持，将开始建立自我肯定情感，相反

则容易产生退缩行为。

1.个性开始形成

个性是指人的需要、兴趣、理想、信念等个体意识倾向性以及在气质、性格、能力等方面所经常表现出来的稳定的个性心理特征。3岁前的婴儿已表现出了最初的个性差异。

而幼儿期宝宝的个性已有了明显的表现，如：他们在气质、性格上，有的好动、灵敏、反应快；有的沉静、稳重、反应慢；有的好哭，易激动；有的活泼、开朗；有的能和别人友好相处；有的则霸道、逞强；有的爱听故事、爱学习、勤快；有的浮躁、粗心；有的懂道理，有的有创造性。

宝宝们在画画、手工、唱歌、跳舞、运动、讲故事以及计算等方面也初步显示出了自己特长，虽然如此，但距个性的定型还相差很远。

随着环境和教育的影响宝宝的个性还会不断地发展、变化。其中家庭教育尤为重要。父母对宝宝不可娇惯与溺爱，要多给宝宝创造与其他宝宝接触的机会，指导宝宝处理好与小朋友之间的关系，帮助他们组织丰富有趣、有益的活动，提供必要的设备，让宝宝在和谐温馨的家庭中，在与小朋友们的共同活动与游戏中，增长知识，开阔眼界，体会到友爱、守纪、勇敢、助人的快乐，促进宝宝良好个性的正常发展。

2.宝宝的独立性发展

独立性是指一个人独立分析和解决问题的能力，它是社会生存及进行创造性活动必备的心理品质。幼教专家指出，生存教育的根本在于培养独立性，包括独立意识和独立能力，重点培养自理生活能力。独立性的培养必须从小抓起。

宝宝的独立性表现为：

①要求“摆脱父母控制”。2～3岁宝宝自我意识开始萌芽，言语和动

作的发展迅速，对周围世界的认知范围扩大。他们喜欢到处看到处摸索，不要父母抱着，甚至不愿让人拉着手走路。他们已经能表达自己的意愿，对父母要他干的事，往往回答“不”。对自己要干的事又说：“我会，我自己来。”



②由于手脚动作还不十分协调，走或跑容易跌倒，用杯喝水会泼翻，用勺吃饭会洒在身上。这些现象通常被认为“不听话”“犟”。

③渴望与同龄伙伴交往。交往是宝宝的一种发展性需要，2～3岁的独生子女尤其明显。他们特别喜欢与邻里的小朋友玩，甚至会说“没人陪我玩，没劲”等。而父母往往以不放心、不安全为由限制他的交往。

④2～3岁的宝宝对自己有点会但还不熟练的事情最感兴趣，喜欢自己反复做，如反复摆弄某一类玩具，重复进行一种游戏等。

3.家庭是培养宝宝独立性的首要场所

任何一个宝宝，无论是独生还是非独生，都是由于父母的教育和环境的影响，才形成了不同的人格品质和能力的。独立性不是与生俱来或自然形成的，而是后天塑造的结果。所以，父母应注意以下几点：

(1) 珍惜宝宝自我独立性意向

当宝宝二三岁的时候，出现了最初的自我概念，以第一人称“我”称呼自己，开始出现“给我”“我要”“我会”“我自己来”等自我独立性

意向。当宝宝的独立活动的要求得到某种满足或受到父母支持时，宝宝就表现出得意、高兴，出现“自尊”“自豪”等最初的自我肯定的情感和态度，否则就出现否定的情感和态度。所以，父母必须十分珍惜宝宝的独立性意向，给予热情鼓励和支持，使其独立性不断发展。

父母要根据宝宝独立性的表现，抓住2～3岁这个关键时期，因势利导地培养其生活自理能力。“自己的事自己做”，包括自己用杯喝水、用勺吃饭、小便、穿鞋袜、收拾玩具等。若错过时机，形成宝宝依赖和懒惰的习惯，再想改正就难了。

(2) 不要过度保护宝宝

在欧美国家，父母非常重视宝宝独立性的培养，推崇“个人奋斗”，而不是依赖父母和其他人，他们主张从小就培养宝宝的独立意识。宝宝一出生就让他独宿一室，极少与父母同住。宝宝刚学走路时，跌倒了，会让他自己爬起来。

在我国，目前独生子女越来越多，往往导致父母对宝宝过度珍爱，这就产生了过度保护和过多限制的问题。为了安全和其他缘故，有些父母很少给1岁内的宝宝提供练习坐、爬、站立、行走的机会。宝宝醒着时经常抱在怀里，或经常让他们躺在床上，或坐、站在带围栏的小床里。这种过度保护和过多限制实际上剥夺了宝宝主动探索和认识外部世界的机会，阻碍了他们的心理发展。父母应了解宝宝心理发展特点，不要压抑宝宝独立性活动意向，要解放他们的手脚，让他们做一些力所能及的事，培养他们的独立自主性，为形成良好个性打好基础。

(3) 采用适当的教育方式

父母应注意对宝宝说话的口气和方式，要认真听宝宝讲话，使宝宝感到你在尊重他。宝宝吃饭不要硬逼，让宝宝做事尽量不用命令的口吻。不要当众斥责宝宝“不争气”“笨蛋”“没出息”等，这样会深深伤害宝宝的自尊心。以平等的态度对待宝宝，尊重宝宝的人格。受到父母充分尊重的宝宝，大多与父母非常融洽，待人友善，懂礼貌，举止大方，自我独立意识强。

民主型教养方式有利于宝宝独立性的培养，父母不可以将自己的观点和要求强加给宝宝，剥夺宝宝独立解决问题和自我发展的机会。

4.2～3岁是培养宝宝独立性的关键期

独立性是宝宝自我发展的一种内在动力，也是宝宝终身发展的重要素养。有独立性的宝宝，愿意做力所能及的事情。宝宝的独立性主要表现在生活自理能力上。如果宝宝的自理能力好，进入幼儿园后，就会在群体中表现出色，自信心也会增强。相反，一个自理能力差的宝宝，在幼儿园里时常有挫折感，无形中产生“我”不如人的想法，影响他的自信，时间长了，还会影响宝宝的上进心。

2～3岁是培养宝宝独立性的关键期。这时，宝宝已经取得了一些经验，他事事都想尝试自己做，尝试自己动作的力量和效果，他常常表示要“我自己吃”“我自己拿”，而且讨厌父母的帮助或干预。其实，当宝宝用手抓饭自己吃，用手来夺父母手里的勺子时，已经意味着独立性的萌芽。



宝宝的这种独立性倾向，是一种积极的表现，父母一定要予以鼓励，并引导他学会“自己来做”。但是，要做到这一点并不容易。因为，宝宝的能力有限，虽然他想自己来，但常常还做不好。例如，自己吃饭，不仅吃得满脸、满桌都是饭菜，而且边吃边玩，饭菜都凉了，这时有些父

母就干脆夺过勺子喂他了；宝宝自己扣纽扣，也是好长时间扣不上一个，父母也会忍不住代劳等。

在这种情况下，要做到耐心指导不容易，但是父母应该坚持这样做。如果在宝宝独立性倾向正在发展的时候，没有给他适时的锻炼，错过了这个时机，宝宝的依赖性会越来越重，你再想让他自己做，就很困难了。同时，如果生硬地干预或限制宝宝的独立行动，常常会遭到宝宝的拒绝，伤害他活动的积极性和独立性。

5.2～3岁是培养平衡力的关键时期

平衡能力的培育是非常重要的，甚至是终身的事情，它决定了人是否能正常走路和行动自如，而2～3岁则是培养平衡力的关键时期。

平衡能力，并非仅指宝宝是否能够走稳路，它还包含了很多我们平时不够了解和注意的内容。例如就连耳朵内部，还藏着人体重要的平衡器官。所以平衡能力是一个整体的能力，它的发展是其他感觉发展的基础。

(1) 身体平衡的重要性

2岁的宝宝对于生活似乎只有一个目标：他们想站起来，到处走动。而这只有在宝宝的平衡感不断得到训练的情况下才能实现。其实，在宝宝出生几个月后，就可以看到平衡感被训练后的第一个成果了：宝宝已经能够对自己的脑袋进行控制了。

当他抬起头的时候，平衡感就会感受到姿势的变化，并把这个信息传递给大脑。在这个过程中，有多个感官参与了进来：视觉、触觉和听觉。而事实上，也正是平衡感把其他五种感觉结合在了一起。如果没有平衡感，人类现在还不能直立行走呢。平衡感对于宝宝运动能力的发育有着极其重要的作用。

(2) 益智游戏锻炼宝宝平衡能力

妈妈或爸爸和宝宝在家玩，可以玩“不倒翁”这个益智小游戏，它不但能促进宝宝大脑的平衡功能，还能让宝宝体验与妈妈一起游戏的快乐。

妈妈坐在垫子上，两腿分开，两脚相对，双手握住双脚的脚腕；宝宝坐在妈妈的腿中间，胳膊自然放在妈妈腿的两侧。妈妈边唱儿歌：“不倒翁，翁不倒。怀里抱着小宝宝。左歪歪，右倒倒。摇来摇去摇不倒。”一边配合儿歌做动作：第一、第二句的时候，妈妈边说儿歌边随儿歌节奏左右摇摆；说第三句儿歌时，妈妈随儿歌先左摇，再右摇；说第四句时，把宝宝身体翻转90°后坐起。



妈妈要用两手握住脚腕，双臂将宝宝固定在怀里，左右摇摆时尽量增加摇摆的幅度，在最后翻转时要尽可能向右侧倒。再用惯性立刻调整方向，完成旋转。在旋转过程中要保护好宝宝的安全。

(3) 用玩具锻炼宝宝的平衡能力

宝宝动作的发展是在脑和神经中枢、神经、肌肉控制下进行的，宝宝动作能力如平衡协调能力的提高反过来又可促进脑的发育。各种套叠玩具、穿绳玩具、积木、积塑等，都有助于锻炼平衡能力。

三、户外活动

亲近自然，是宝宝们最向往和渴望的事情。户外活动是一种很好的促

进父母与宝宝情感的方式，同时在这个过程中也能培养宝宝的多种能力。户外活动的形式是多种多样的，比如，散步、亲子体育游戏、外出郊游等。

通过户外活动，宝宝们不仅开阔了眼界，认识了外界许多事物，同时还能从中发展语言表达能力，例如，回家后父母可以和宝宝一起交流，回顾一天活动中的所见所闻和所想；培养宝宝的探索精神，获得成就感，从而树立自信心。

1.小小邮递员

目的：训练走、跑交替和变速能力。

准备：三种颜色信封，粉笔。

方法：

①妈妈制作白、绿、蓝三种颜色的信封，在地上画一个大圆圈，宝宝站在圆圈上，妈妈站在圆中间。

②活动时，当妈妈举白信封，宝宝喊“嘀嘀”，模仿驾驶汽车动作快步前行；

③妈妈举起绿信封，宝宝喊“咔嚓，咔嚓”，双手屈肘在体侧前后绕环模仿火车慢跑。

④妈妈举起蓝信封，宝宝喊“轰—”双手侧平举模仿飞机快速跑。

⑤妈妈说：“信送到了！”宝宝则慢慢停下来。

⑥妈妈可以变换各种信封，让宝宝从快跑—慢跑—快走，也可以是从慢跑—快走—快跑，做各种变速跑。

2.走线

目的：敏捷和平衡。

方法：妈妈在室外的大空地上写一个大大的“田”字，让宝宝在笔画线上跑动，宝宝跑动时，妈妈应在线上追和堵，要求宝宝一定要踏线跑

动。妈妈应根据宝宝跑动的速度调整自己的追堵速度。

3.追泡泡

准备：户外开阔空间、泡泡液、吹泡泡的工具、气球。

儿歌：大泡泡，小泡泡，宝宝快来追泡泡。泡泡圆，泡泡亮，圆圆泡泡真好玩。

方法：带宝宝到户外去，爸爸吹泡泡并给宝宝演示如何追泡泡并戳破泡泡，然后鼓励宝宝和爸爸一起做。为吸引宝宝的注意力，爸爸边吹泡泡，边唱儿歌。爸爸还可用气球代替泡泡，拿着气球在空中放开，气球随风飘动，让宝宝追气球，并伸手拍击。

4.小白兔送松果

目的：知道动物之间要互相帮助，增强宝宝的交往能力和相互配合的能力；练习双脚行进跳；练习在有间隔的物体上走，培养宝宝的平衡能力；练习肩上挥臂投准。

准备：彩色塑料小跨栏、自制梅花桩、高跷、沙包、塑料小筐。



方法：

①邀请其他宝宝一起玩。请两名宝宝到河对岸扮松鼠，准备收松果；其他宝宝扮小白兔。

②游戏开始。兔妈妈说："宝宝们，河对岸的小松鼠没有松果吃了，我们这里有很多松果，我们帮他们把松果投过

河。

③“小白兔”分成两队分别给“小松鼠”送松果。

④“小白兔”双脚连续跳过小跨栏，走过梅花桩，踩着高跷，投松果，绕过大树返回，拍第二个“小白兔”的手，依次这样，协作好，守纪律，速度快的一组为胜。

5.采摘大自然的果实

目的：采摘大自然的果实，与在家里圈起来玩塑料和油漆做成的玩具相比，既经济环保，又自然健康。2～3岁的宝宝运动功能明显发达了，胳膊和手上的劲也越来越大，能扔出一些略重的玩具、书本、沙包等，能提、拿一些重物，如妈妈的包、一本厚书等。为了满足他们旺盛的运动需要，也为了培养家里新一代的劳动力，父母和宝宝一起进行采摘果实的游戏吧！

准备：住宅有自留菜地的，采摘活动随时都可以开始。也可以到农家乐或者乡下亲戚家，总之最好是能到有阳光、有新鲜空气的地方进行这项活动。

方法：

（1）采摘前的准备工作

采摘正式开始前，父母首先要告诉宝宝果实是怎么生长出来的，让他们对大自然的规律有一个印象；父母还要告诉宝宝为什么要采摘果实，不同的果实有什么不同的作用，让宝宝了解果实和劳动的价值；接着要告诉宝宝什么颜色和大小的果实是成熟的，可以采摘，让宝宝学会珍惜和不浪费；最后还要告诉宝宝注意带刺的果实要小心采摘，让宝宝学会自我保护。虽然宝宝此刻还是懵懵懂懂的，但是只要父母不厌其烦多次重复，随着年龄的增长，宝宝就会慢慢领悟了。

（2）正式采摘

道理讲完后，实际操作正式开始。准备一个篮子，专门盛放宝宝的

“战果”。先摘红色的西红柿，这是宝宝最喜欢的颜色之一，宝宝肯定已经迫不及待了。在他拧下第一个西红柿的时候，父母要给予他热烈的掌声，并且嘱咐他小心放进篮子里。然后是黄瓜、豆角、茄子等等。采摘时间一般至少要20分钟以上，适合缓慢进行，父母要在旁边不时地予以指导和鼓励，直至篮子装满了，就可以尽兴而归了。这样的活动能有效锻炼宝宝思维的连贯能力，动作的协调能力，还能培养宝宝对劳动、生活以及大自然的热爱。相同的操作也可以用在到户外采摘苹果、樱桃、梨等水果。不过因为水果树大多很高，看来只有宝宝骑在爸爸头上才能进行了，这还能额外锻炼宝宝的平衡能力以及父母的肩膀肌肉，而且趣味十足。

(3) 享受采摘果实

采摘结束了，但活动还没有结束，最后父母和宝宝要一起动手对蔬菜水果进行清洗和烹调。新鲜的果实在宝宝眼皮底下一样样地变成了可口的美食，他们一定会高兴得手舞足蹈！

四、活用手

不要简单地认为，玩手不过是宝宝自己取乐的一种方式，而应积极地引导他，只有“手巧”才能真正的“心灵”。

1.小小演奏家

目的：宝宝对敲敲打打的事情有浓厚的兴趣。不管什么东西拿到手，都会试着去敲一敲，打一打，通过这种方式来探索事物的奥秘。同时，敲敲打打也是培养宝宝音乐节奏感的非常好的方式之一，还可以提高宝宝的模仿能力和记忆能力。

准备：将喝剩下的不同大小、不同形状的易拉罐、饮料瓶收集起来当成小鼓，也可以用金属制的小盆当鼓，用筷子当鼓槌。

方法：

①妈妈敲几下“小鼓”，然后让宝宝模仿，或者反过来，宝宝敲几下“小鼓”，妈妈再模仿。培养宝宝敲“小鼓”的兴趣。

②妈妈敲几下，宝宝也必须敲几下，反过来，宝宝敲几下，妈妈也必须敲几下，谁模仿错了就刮谁的鼻子。

③妈妈敲一个节奏，让宝宝模仿，此后不时变化节奏，让宝宝模仿。

提示：妈妈一定要根据宝宝年龄的大小以及认知能力来调整游戏内容，如果宝宝很快就能准确地模仿敲击的点数和节奏，可以增加难度，逐渐培养宝宝的记忆力和模仿能力。

2.花样叠罗汉

目的：宝宝的观察和模仿能力越来越强，不管妈妈做什么，他都会乐于去模仿。叠罗汉的游戏可以更好地培养宝宝的观察能力和应变能力。

方法：

①妈妈将一只手手掌朝下放在膝盖上，然后让宝宝将他的小手摞在妈妈手上；妈妈再将另一只手轻轻压在宝宝的小手上，宝宝再将另一只小手压在妈妈的手背上；妈妈将压在最下面的一只手抽出，压在宝宝的小手上，如此反复。

②等宝宝学会玩手掌的叠罗汉游戏之后，可以改为玩手指的叠罗汉游戏。妈妈伸出食指放在膝盖上，宝宝也伸出同一只手的食指压在妈妈的食指上，其他同第一步。

③妈妈不断伸出不同的手指，要求宝宝也跟着妈妈变换手指继续游戏。

④妈妈加快速度不断变换手指，鼓励宝宝也跟随着变换手指，和妈妈一起玩游戏。

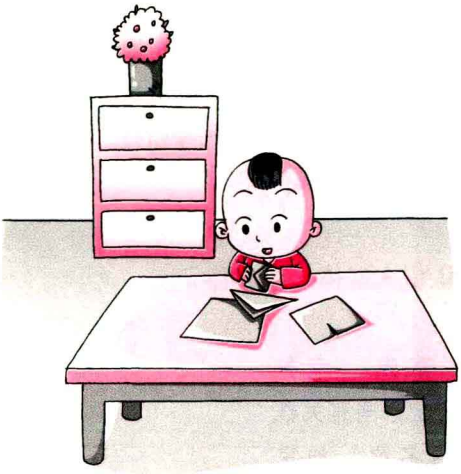
提示：妈妈可根据宝宝的情况调整游戏难度，也可以改变手指头的数目和宝宝游戏，即一次伸出不同数目的手指头，让宝宝响应。还可以在变换手指头的数目时，让宝宝快速计数，通过游戏培养宝宝理解数的概念。

3.折手帕

目的：锻炼宝宝的手指灵活性，以及初步认识各种形状的能力。

准备：不同大小的干净手帕。

方法：用一条手帕或一张面巾纸，教给宝宝怎样折出角、边，然后再随意折成各式各样的东西，比如纸船、纸鹤、花朵、扇子、小老鼠等。



4.穿珠子纽扣

目的：学习穿线、拉线的动作，锻炼宝宝的手眼协调能力。

准备：珠子、纽扣、线、塑料绳。

方法：让宝宝用线、塑料绳把各种色彩、形状的珠子、纽扣穿起来。随着宝宝动作的熟练和精细化，珠子和纽扣的洞眼可以逐渐变小，绳子逐渐变细、变软。

5.夹玻璃珠

目的：锻炼宝宝手的协调能力。

准备：筷子、碗、玻璃球、乒乓球。

方法：让宝宝用筷子把碗里的玻璃珠、乒乓球一个个夹到另一个容器里。锻炼一段时间后，可以换成颗粒更小的糖果或黄豆、花生米等。

五、培养孩子的思考能力

这个年龄的宝宝对任何事物态度都很认真，凡事喜欢追根究底，喜欢“动手动脚”。千万不要以为这是坏毛病哦。宝宝之所以这么“调皮捣蛋”，正是因为他已经有了简单的逻辑思考，可以运用自己了解的数目、概念及工具架构自己的小世界了。因此，父母在这个时候，一定要耐心，给小天才们更多思考的机会和动手的机会，给他们更多的主动权，如从识别图形改为画出认识的图形，让宝宝组合、拆分一些结构较复杂的物品，让宝宝做一些简单小实验等。

1.认识大群体与小群体

首先，应教给宝宝一些有关群体的名称，如家具、动物食品等。使宝宝明白，每一个群体都有一定的组成部分。同时，还应让宝宝了解，大群体包含许多小群体，小群体组合成了大群体，如动物—鸟—麻雀等。



2.了解顺序的概念

这种学习有助于宝宝今后的阅读，这是训练宝宝逻辑思维的重要途径。这些顺序可以是从最大到最小、从最硬到最软、从甜到淡等，也可以反过来排列。

3.建立时间概念

宝宝的时间观念很模糊，掌握一些表示时间的词语，理解其含义，对宝宝来说，无疑是必要的。当宝宝真正清楚了“在……之前”“立即”或“马上”等词语的含义后，宝宝会更好地和父母或他人交流。

4.理解基本的数字概念

宝宝在两三岁时，就能从1“数”到10，甚至更多。与其说是在“数数”，不如说是在“背数”。父母在宝宝数数时，不能操之过急，应多点耐心。让宝宝从一边口里有声，一边用手摸摸物品，逐渐过渡到用眼睛“默数”。日常生活中，能够用数字准确表达的概念，父母们应尽量讲得准确。同时，还应注意使用“首先”“其次”“第三”等序数词。也可用日常生活中的数字关系，帮助宝宝掌握一些增加或减少的概念。

5.掌握一些空间概念

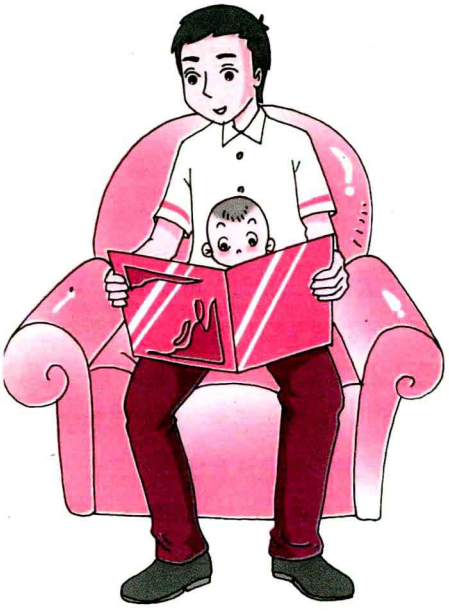
父母们往往以为宝宝天生就知道“上下左右，里外前后”等空间概念，实际并非如此。父母可利用日常生活中的各种机会引导宝宝，比如：“请把勺子放在碗里”。对于宝宝来说，掌握“左右”概念相对要难些。

6.亲子阅读、玩耍，边看边想

宝宝喜欢听故事、看故事书，好奇心又强，如果妈妈能在讲故事的过程中启发宝宝边听、边看、边想，宝宝慢慢就会习惯“主动接受”—经过大脑的“加工”，丰富了故事的内涵，收获也远远超过听故事本身。因此，讲法不同，效果也不同。

(1)给宝宝提问题

和宝宝一起看故事书时，把画面上的人和景物指给宝宝看，便于他认识；宝宝再大一点，不妨把图中人物、动物、景物的高矮、大小与远近的关系讲给宝宝；看书时问问宝宝：“这棵树和这间蘑菇房哪个高？为什么蘑菇房看起来比树还高呢？”“如果袋鼠从河边走过来，是变大还是变小？”妈妈可以根据故事情节、画面的内容和宝宝的实际水平，设置一些问题，引领宝宝去想。当然，也可以引申开来：“汽车越来越远和越来越近，我们看起来会有什么不同？”这样，把书中的内容和现实生活结合起来，就可拓展宝宝的思路。如果妈妈和宝宝互换角色，相信宝宝会更有兴趣。



(2)说说你的发现

给宝宝讲故事书或一起看动画片时，引导宝宝试图用他们自己的眼睛去发现。比如：“小熊今天为什么戴上帽子和围巾了？”“地上怎么会

有这么多的树叶呀？”然后，耐心地等待宝宝反复观察画面，经过判断、推理，由表面化的现象，得出“秋天来了、树叶被风刮掉了，天气变凉了……”的结论。以这种方式，逐渐培养宝宝独立思考的习惯。

⑶耐心等待

在游戏的时候，宝宝经常会因“走投无路”而发出“求救”信号。这时，妈妈最需要做的就是沉住气，让他有时间自己琢磨琢磨：还有没有别的路可走？如果不行，妈妈可给一点提示，而不是直接告诉他该怎么做，然后鼓励宝宝自己去尝试。这有助于宝宝从小学会从多种角度来思考一个问题，使之终身受益。

⑷探究水的秘密

水是一种富于变化的“玩具”，宝宝百玩不厌。妈妈不妨顺应宝宝的兴趣，让他想一想：水是怎么来的？它有什么用处？水是怎么给花“解渴”的？启发宝宝尽量说出多种答案。当然，妈妈也可以和宝宝做个小试验：把水调出各种颜色，再将一支支白色的花插入不同颜色的水中，观察花的变化。亲自实践之后，宝宝知道了花是怎么吸水的，同时也能发现“思考”的奥妙，享受思考的乐趣。

⑸走出家门

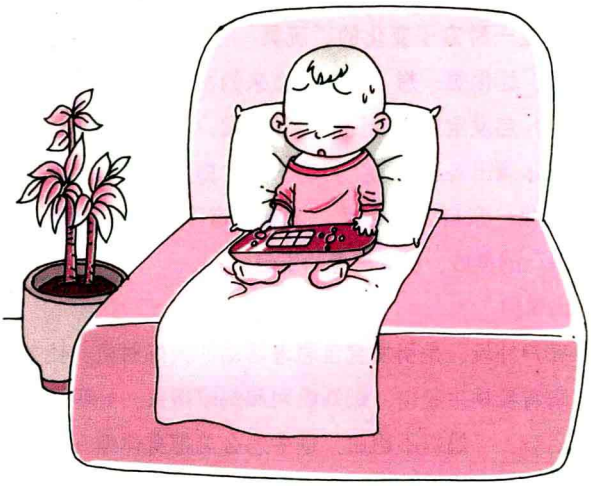
在户外玩，是引发宝宝思考活动的大好时机，比如给宝宝提个醒儿：我们来看看蜗牛爬树、蜘蛛织网和蚂蚁搬家，好吗？然后，作出向宝宝求教的姿态：“妈妈不明白，蜗牛怎么总把身体缩在壳里呢？蚂蚁为什么不自己把面包搬回洞里呀？你要是知道，告诉妈妈，可以吗？”在这种氛围中，宝宝非常喜欢开动脑筋。如果宝宝说不到位，妈妈再讲给宝宝听，或者一起到书中找答案。

博物馆、科技馆也是宝宝的好去处，不过，这需要妈妈和宝宝一边看一边聊：“如果恐龙复活了，地球会变成什么样？假如没有竹子，还会有大熊猫吗？”便于宝宝根据眼前的事物，联想到更多的内容，养成遇事思考的习惯。

7.在“破坏”中研究

每个宝宝仿佛都是破坏大王。但仔细分析，毁东西其实正是宝宝思维活跃的表现，在这种时刻，他们需要的是父母的宽容与指导，丝毫的批评和斥责，都会抑制宝宝思考和探索的萌芽。

宝宝盯着万花筒看了好一阵，随后摆弄来摆弄去，终于，把它的外壳拆下来了，发现里面有三片镜子，有小花片，还有塑料盒。噢，原来如此！看明白了，宝宝试图把万花筒复原，却屡试屡败。他跑到妈妈跟前，指着一堆“零件”说：“坏了！”



面对这种情况，妈妈如何应对？比较好的方法是，平静地对宝宝说：“宝宝先回忆一下刚才是怎么一点点拆下来的，再自己想想办法，说不定你能装好呢！”然后，给宝宝独处的空间和时间，让宝宝自己解决难题。如果过一段时间宝宝还弄不好，妈妈再来和他共同解决难题。如此，宝宝就经历了一个思考的过程，从中受益。

8.在游戏中启发宝宝思考

针对宝宝的思维能力的年龄特点，父母可以利用宝宝最喜欢的游戏形

式来促进他们的思维发展。只要父母善于利用各种机会，采用各种手段，培养宝宝的思维能力，那么宝宝一定会成才的。

（1）谁的厚

这种游戏也可以用于比较被子、衣服等其他物品。

准备几本薄厚不同的书。让宝宝拿一本小画书，父母拿一本更厚一点的书，同宝宝比较，说："我的书比你的书厚。""你的书比我的书薄。"然后，鼓励宝宝寻找一本更厚的书，其后父母再找一本更厚的，以此类推。以后可以倒过来玩："我的书比你的薄。""你的书比我的厚。"

（2）冰块到哪里去了

准备一块冰块，先让宝宝摸一摸冰块，感受一下冰凉，让宝宝记住冰是凉的。把冰块放进不透明的杯子，倒进热水，盖上杯子。过上几分钟，让宝宝打开杯盖，看看杯子里的冰块：是不是变小了？还是不见了？让宝宝想一想：冰块到哪里去了？然后，再取一块冰块放进透明玻璃杯，倒进热水，让宝宝仔细观察冰块慢慢变小、直至消失的过程。并告诉他这种现象叫"融化"，冰遇到热水就会融化，变成水。"看一看，杯里的水是不是变多了？"

冰块体积要稍大些，使宝宝能更好地观察清楚冰融化的过程，并感觉到杯子里的水在增加。

（3）量一量

给宝宝一把尺，教宝宝认识尺寸，并让他去量一些物体，如枕头、小板凳等。也可以用尺子或一定长度的绳子来测量身高或桌子、床等物品的长度。

（4）填画游戏

在纸上画许多圆形、半圆形、三角形、长方形、正方形等几何图形，让宝宝把这些图形变形为各种各样的东西。例如要求宝宝画出半圆组成的物体，如果宝宝第一次只能画出几样物品，父母不必着急，可以启发宝宝再想想，引导他观察生活中的各种用具，过几天让他再画，宝宝画出的物

品越多越好。

(5) 比谁说得多

晚上临睡前，父母除了给宝宝讲故事处，还可以做比谁说得多的游戏。这种游戏是先确定一种材料，然后说出它的用途。如：玻璃可以做什么用？说出的用途越多越好。

(6) 归类游戏

这种游戏可以培养宝宝的概括能力，促进宝宝逻辑思维能力的发展。方法是：用硬纸片制成各种各样的动物、植物或几何图形，如树木、花草、瓜果、蔬菜、家禽、家畜、野兽以及圆形、三角形等。玩时将图片杂乱摆开，让宝宝根据父母的命题进行训练。如可以让宝宝分别帮助蔬菜、瓜果和几何图形排队，要求既准又快。为了提高宝宝的兴趣，父母可以采用与宝宝比赛的形式。分类可以按不同的要求，可按性质分，如水果类（苹果、梨、香蕉等），家具类（桌、椅、橱等），蔬菜类（青菜、萝卜、黄瓜等）；按形状分，如，三角形、正方形；按颜色分，如红色、绿色、蓝色。

(7) 猜谜游戏

父母可以选择一些适合宝宝猜的谜语，利用各种空闲时间让宝宝猜谜语。在猜谜过程中不仅能培养宝宝思维的灵活性，还可增加知识。

(8) 下棋

下棋对人的思维有很大促进作用，父母可以根据宝宝的年龄，挑选一些合适的棋，经常和宝宝对弈。

六、孩子的语言能力大跃进

2～3岁的宝宝已处在语言表达的阶段，加上他有了一些生活的经历并认识很多事物，这个时期教他把话说完整，并且说得有条理一些，是完全可以做到的。这个阶段宝宝的语言能力的发展会产生一个飞跃，发生质的

变化，父母要把握住这个时机对宝宝进行良好的语言训练。

1.宝宝的语言特点

这个时期宝宝的语言特点是：

①已进入语言复合句阶段。宝宝在父母强化的作用下已将主谓宾结构的句式巩固下来，说话的句子明显加长，到了逐步学会说复合句的时候了。如会说“宝宝吃这个，妈妈吃那个”“我先吃饭，再去玩”等。

②慢慢学会了用语言表达眼前不存在的事情。如回到家会说：“妈妈，爸爸还没有回来。”晚上出去玩时会说：“今天没有看见月亮。”等。此时宝宝的语言已开始脱离具体的环境，从具体形象的语言内容向抽象逻辑的语言内容发展，表明宝宝已开始进行语言思维了。

③慢慢学会了用语言来描述人和物的相互关系。如“这是我的皮球，这是你的小汽车。”“这是我的，不给你。”



④还学会了用语言来评价人和事。如看到某个小朋友不听话、瞎闹，他会说：“不乖，不是好宝宝。”

2.宝宝的语言训练

在这个阶段对宝宝语言训练的重点任务，是尽早诱导宝宝在活动中运用语言的能力和句式扩展的能力。具体方法为：

(1)教宝宝学习语言复述

父母和宝宝可以一起做语言复述的游戏，如妈妈小声对宝宝说："今天我们一起去麦当劳。"叫他将话传给爸爸。这种游戏简单有趣，宝宝也乐意参与。复述的语言从短到长，不一定要求宝宝复述完整，主要是为了激发他说话的兴趣。

(2)教宝宝学习场景提问

父母带宝宝到户外活动时，就看见的情景提问，让宝宝回答，这非常有利于宝宝语言表达能力的发展。如问："是什么车子开过去了？""前面走过来的是哥哥，还是姐姐？""这是什么颜色的花？""这位爷爷手上拿的是什么东西？""你看看红旗朝哪边飘？""你看看今天晚上的月亮像什么？"等。这种场景提问，是宝宝生活中亲眼看到的情景问题，宝宝自然喜欢回答。

(3)教宝宝学习时间概念

教宝宝学习时间概念，首先要从宝宝的实际生活的经历中教他领悟，如逐步告诉宝宝：天亮了，我们起床的时候叫"早上"；吃完早餐到吃中餐之间叫"上午"；吃完中餐到吃晚餐之间叫"下午"；吃完晚餐以后叫"晚上"。等宝宝慢慢领悟了这些概念后，可以问宝宝："吃完早餐你去玩皮球的时候，是上午还是下午？""吃完中餐你睡觉了，是上午还是下午？""现在是下午还是晚上？"'。

(4)教宝宝背儿歌和小古诗

这个时期应该教宝宝背诵完整的儿歌和小古诗，能与看到的实景联系起来学和背就更好了。如背了一首"秋天到，秋天到；红树叶，黄树叶，片片落下像蝴蝶。"的儿歌，若在户外看到了秋天的落叶，就要诱导宝宝边看边背这首儿歌，这样宝宝背的儿歌或古诗就更有意境了。

⑸教宝宝学习简单的复合句

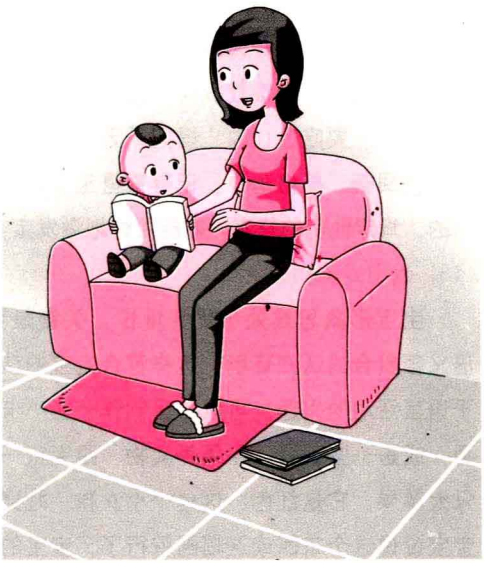
宝宝在能说完整简单句的基础上，可以教他说由两个简单句或三个简单句组成的复合句。如“我先吃一口饭，再吃一口菜。”“爸爸看书，我和妈妈玩。”“太阳起床了，月亮就睡觉了。”“我喜欢妈妈，也喜欢爸爸，还喜欢奶奶。”等，这种句子说得越多越好。

⑹就故事中的内容提问

2～3岁的宝宝最喜欢听父母讲故事，而且他的语言表达能力也增强了许多，因此，父母要抓住宝宝喜欢听故事的心理，对他进行语言训练，要继续就当时讲完的故事对宝宝提问，如讲完《小猫钓鱼》的故事，父母可以这样提问：“这个故事叫什么名字？”“小猫钓到了鱼没有？”“为什么没有钓到鱼？”等。随着宝宝年龄的增长，提问的难度可以适当增加，如还是以这个故事为例，还可以问：“小猫下次再来钓鱼，它会钓到鱼吗？”就故事内容提问，这是训练宝宝听说能力的最有效方法。

⑺教宝宝简单复述故事中的情节

2～3岁的宝宝一般都喜欢听故事，父母可以引导宝宝简单复述故事中的部分或全部情节，只要能说出个大意，哪怕是几句话都要热情鼓励和称赞。刚开始宝宝不知道怎么复述，父母可以根据故事过程用提问的方式加以引导。如《龟兔赛跑》的故事，可以这样问：“有一天谁和谁在什么地方赛跑？”引导宝宝说出“有一天，乌龟和小白兔来到草地上赛跑”的话，父母接着可



以边听边附和着问："后来呢？……嗯！后来呢？"直到宝宝讲完。

3.提高宝宝的语言能力

为了提高宝宝的语言能力，父母可以教宝宝做以下游戏。

(1)指令游戏

利用一些物体、画片、颜色等，张贴悬挂在墙上，听到父母说"我想找一个绿色的高高的东西"，宝宝就可以跑到画有"树"的图片那里去，并说"我找了树了"；"我想找一个长着小尾巴的动物"，宝宝就可以跑到小狗的玩偶跟前，说"我找到小狗了"；"我想找找大海的颜色"，宝宝就可以跑到蓝色跟前，说"我找到蓝色了"……这样"群体的氛围"、"动起来的形式"会让宝宝很好地融入，同时发展他们的语言，包括语言和物体属性之间的联系，因为宝宝天生喜欢将物体和它们的属性相联系并表达出来。

(2) 语言的因果关系

2岁的宝宝已经可以理解语言之间的因果关系，并且对这种因果关系非常感兴趣，利用这种兴趣也可以发挥宝宝学习语言的主动性；比如，利用开火车游戏，开到谁就提问"宝宝饿了"然后询问宝宝"怎么样？"宝宝会回答："要吃饭！"；提问"天下雨了"，然后询问宝宝"怎么样？"宝宝会回答"要打伞"。记得尊重宝宝的回答，因为可能答案会是五花八门的，肯定他们的答案，才能更好地激发宝宝的兴趣。

(3) 看图或实物说话

宝宝形象思维处于优势地位，关键是要营造一个能将图像、声音、语义相整合的认知环境，这样符合宝宝的认识特点，就更容易激发宝宝对于语言活动的兴趣。可以自己制作一些小卡片，也可以利用一些现成的图画，或是一些玩具、水果等实物，跟宝宝一起玩练习说话的游戏：这是一只大苹果，它是红色；这是个小女孩，她穿裙子……只要给宝宝示范，让宝宝说说这个东西或这幅画就行了，宝宝的理解能力有的时候会超出我们

的想象，他们会试着把事物转化为语言。

（4）讲适龄的故事

可以边讲边带领宝宝一起做动作，如“小猴子拿来一只大西瓜”，一边蹦蹦跳跳一边比划大大的圆。宝宝也会被带动跟着模仿这个故事。这样强化语言的情境性，宝宝就会对学习语言很有兴趣，也能收到很好的效果。

（5）他们是谁

3岁左右的宝宝已经知道有各行各业的存在。父母提问时不仅要问职业的名称，也要问工作内容，这样可以帮助宝宝深入了解周围的世界。有时间还可带宝宝悠闲地眺望一下街上的人和物，增加感性认识，满足宝宝的好奇心。

（6）他们在做什么

在日常生活中，到处可以看到图中的场景，但宝宝是否能清楚地说出来呢？让宝宝说说身边的事和物，这是学习语言的好办法。

如果宝宝只能简单地回答“电话”，父母要马上补充：“宝宝说对了，他正和别人打电话呢！”“他在和谁打电话呢？”利用这样的对话来刺激宝宝的想象力，鼓励他多想多说，发展思维。

（7）买东西

宝宝到了3岁左右时，对四周的事物几乎都已了解，日常的会话也变得非常流利。这时候如果仍问他一些简单的问题，如“这是什么？”他会觉得太简单、太无聊了。父母也许可以问他难一点的问题，如“胡萝卜在哪儿买呀？”“水果店里卖些



什么东西？”等。

（8）他们该说什么

礼貌用语是宝宝语言学习中的一项重要内容，而且往往是在父母耳濡目染下、自然而然地学会的。身边有了学说话的宝宝，父母就更应该注意自己的礼貌言行。

看着图，启发宝宝说一说各种情景下运用的礼貌语，既增加了宝宝练习的机会，又强化了宝宝的礼貌意识。

（9）看图猜声音

这是一个看图猜声的想象游戏。父母在启发宝宝时使用的语言要尽可能生动、形象，这也是为宝宝学习语言提供范本。

（10）学一学它们的叫声

妈妈学各种动物的叫声，要尽量逼真，若宝宝猜不出，妈妈还可加上手势和动作。宝宝会很高兴地跟着学。

（11）看图猜谜语

让3岁前的宝宝回答只有文字没有图画的谜语是很困难的事情。看部分图，说出完整的形状，则会让宝宝兴趣盎然。

七、培养孩子的道德观

宝宝也有强烈的道德观。宝宝在看到善行的时候，会微笑或者拍手；看到恶行的时候，会皱眉、摇头或者看上去很伤心。他们有丰富的情绪、深刻的感受以及强烈的欲望，而强大的情感基础是他们成年后能够冷静、平和、成熟思考道德问题的基础。

社会和父母的一项重要任务就是将宝宝培养成社会人，能够体验同情、内疚、愤怒和羞耻等情感，并能够克制单纯的利己行为。

人类在生命之初就已经具有最基本的道德观念。通过一些精心设计的实验，可以看到在生命第一年中所展现出的道德思想、道德判断和道德感

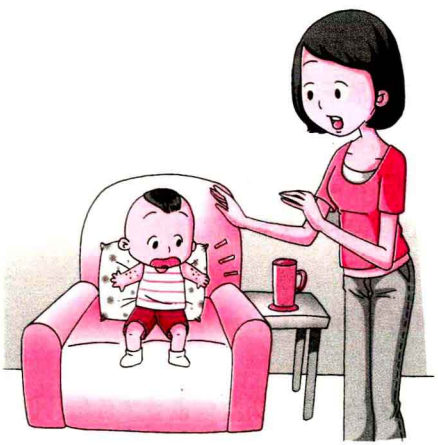
知。一些关于善恶的感觉看似与生俱来。但社会化依然至关重要。社会化并不是因为婴幼儿本身具有善恶观，而是成年人如何引导他们表现自己的善恶观。

1.品德教育的内容

宝宝呱呱坠地时，给父母带来欢乐、期望。许多父母一定会想到给他充足的营养，给他丰富的知识，开发他的智力……但对如何培养宝宝的道德品质却考虑不多。其实，培养宝宝的道德品质是极为重要的。贝多芬曾告诫后人："把'德性'教给你的宝宝……使人幸福的是德性而非金钱。"婴幼儿期是一个人个性、品德开始形成的重要时期，错过这个时期，许多良好的品性就很难形成。那这个时期对宝宝的品德教育主要有哪些内容呢？

(1) 使宝宝养成讲文明，讲礼貌的好习惯

文明，礼貌的行为是社会主义精神文明的标志。文明礼貌的行为习惯是从小开始长期实践而形成的。所以，要培养宝宝从小不骂人，不讲脏话，待人和气，热情，有礼貌，不打断别人说话；要尊老爱幼；在别人家做客时，不乱翻东西等。



(2) 培养宝宝诚实的品质

教育宝宝不论拾到什么东西都要交公，不隐瞒自己

的过错，并要勇于改过。要使宝宝切实做到这些，最主要的是父母教育的态度，如果对宝宝的过错一味指责，是很难培养宝宝这一品质的。父母发现宝宝说谎时，应分析说谎的原因，有针对性地解决。如宝宝要买彩色笔画画，遭到父母拒绝，结果宝宝背着父母私拿别的小朋友的；有的宝宝做错了事怕挨骂挨打而说谎；有的为了满足其虚荣心而说谎等。父母若是不分青红皂白批评宝宝，是解决不了问题的。

(3) 培养宝宝勤劳俭朴的品质

宝宝勤劳俭朴的品质是通过劳动来培养的，宝宝劳动主要从以下几个方面着手：

一是自我服务的劳动，做到自己的事自己做。自己穿衣，洗脸、刷牙，吃饭，收拾床铺、玩具等。自我服务劳动能培养宝宝生活的条理性及独立生活的能力，并为宝宝参加家务劳动和社会公益劳动打下良好基础。

二是家务劳动，能使宝宝对家庭关心，爱护，成年后主动关心别人，与他人保持良好关系。同时，通过劳动获得生活的能力，长大后会用自己的双手创造幸福。通过家务劳动，还可增强宝宝的参与意识和劳动观念；让宝宝养成爱惜劳动成果，勤劳俭朴的好习惯。

(4) 培养宝宝勇敢的性格

勇敢是指人不怕危险和困难的一种心理品质。这种品质是与人的自信心和自觉克服恐惧心理的能力结合在一起的，必须从小开始培养。父母要教育宝宝敢于在陌生人面前说话，表演；鼓励宝宝参加力所能及的体育活动和其他各类游戏活动，培养他们的自信心；让宝宝在黑暗处及听到大声音或遇到打雷、刮风、下雨的天气不惊慌，不害怕，能克服各种困难，勇于承认自己的过失和错误等。

2.如何培养宝宝的道德观

所有的父母都为宝宝设立了目标，但对许多人来讲，没有什么比培养一个好宝宝——一个能明辨是非、一个有同情心和按道德准则行事的宝宝

更重要的了。道德是一种难以捉摸的人格品质，父母怎样才能把它注入宝宝的心田呢？大卫·爱尔坎说："把宝宝培养成一个有道德感的人的方法就是自己做一个有道德的人。如果你诚实、正直、有修养、有爱心，你的宝宝就会学着去做。"

(1) 注意以身作则

什么样的品质最重要？约翰夫·海根说："如果你在社区做志愿工作，并带宝宝一起去，那么他们自己就会那样做；如果你摔了一跤，并随口说了一句脏话，想一想当你的宝宝摔跌时，他会说什么呢？"父母希望宝宝怎样，那么父母就应该怎样去做。

(2) 给予表扬

芝加哥心理学家科丽斯·基摩尔说："要突出表扬你希望看到的那些好行为。"儿科专家戴伦建议说："不要批评一个蹒跚学步的宝宝把屋子弄得乱糟糟的，而是要对屋子里整洁的角落给予表扬。切记：要谨慎地使用'不'。"

(3) 看宝宝们所看到的

波士顿大学道德与人格发展研究中心的主任凯伦鲍林说："如果宝宝们没有受到监督而去观看暴力或淫秽的电视节目，他们在如何对待他人方面很可能就会获得某些错误的观点。宝宝们是易冲动的，需要别人的指点才能形成好习惯。"

(4) 允许宝宝做选择

圣路易斯密苏里大学的人格教育教授马尔文博克威茨说："这样做使他们了解到他们的说话权受到重视。允许宝宝做选择——即使是有关午饭吃什么的小事——也会使他们在将来能作出合乎道德的选择。"麦德姆是一家网上病人信息中心，其主编南希·迪肯说："如果他们在2岁时还不知道是选择花生酱还是果冻，到14岁时他们怎样才会作出是否喝酒的决定呢？"

(5) 帮助宝宝从另一个角度看问题

芭芭拉·霍德建议道：如果一个宝宝打了他的新出生的弟弟或妹妹，

那么就设法让他回想那新生儿受伤后的样子。父母可以说："天啊！那一定会疼的。要是别人对你这样，你会怎样？"若宝宝发现了一只泰迪熊，要鼓励他们自问：如果他们丢了自己心爱的玩具，他们会伤心到什么程度？要是有人送回来，他们会高兴到什么程度？

八、培养观察能力

观察能力并不仅仅是眼睛好耳朵灵的问题，而是在综合了视觉能力、听觉能力、触觉和嗅觉能力、方位和距离知觉能力、图形辨别能力、认识时间能力等多种能力基础之上发展起来的，是形成智力的重要因素和智力发展的基础。

1.从保护感觉器官开始

人的大脑所获得的信息，有80%～90%是通过视觉、听觉输入大脑的。因此，训练宝宝的观察力，要从保护感觉器官开始，尤其以眼睛的保护最为重要。如果任由宝宝在电视机前一看就是1～2个小时，对眼睛是非常不利的。

视觉：宝宝到大自然中多看美丽的风景；把房间布置得色彩柔和而又漂亮等。

听力：可以让宝宝多听动人的音乐；多和宝宝进行对话等。

触觉：给宝宝洗澡时，用不同柔软度的刷子摩擦宝宝的身体；把宝宝包在床单里做大摇船的游戏，会使宝宝的平衡能力、方位和距离知觉能力得到培养。

2.提醒和肯定宝宝的观察

宝宝最初的观察活动，是无意识的。如果这时能得到父母的肯定，就会得到强化。假设父母带宝宝到街心花园玩耍，宝宝在草地上发现许多好玩的东西，他的眼前有：绿绿的草、几朵小花、一小堆土、一群蚂蚁，还有一个满脸皱纹的老大妈。这个时候，宝宝可能会兴奋地扭来扭去，欢快地叫起来！父母就可以问他："宝宝，你在看小蚂蚁吗？小蚂蚁好可爱啊！"对小蚂蚁的强化，就有可能使宝宝的注意力集中在蚂蚁上更多的时间，增加注意的深度，观察得更认真、更细致。

3.引导宝宝进行有序观察

当父母和宝宝在看一本大开本的图画书时，宝宝看到鲜艳的图片很开心，但他往往一眼看过去就着急地想翻到第二面看有什么更新鲜的。这个时候，需要妈妈细心地指引他注意："画书上左边有什么？右边有什么？大的是什么？小的是什么？这个藏在房子后露出一条尾巴的是什么？"引导宝宝注意到局部和整体。

4.培养宝宝观察的多感官化

买菜回来，父母不妨拿出一棵小菜给宝宝玩耍，让他仔细摸一摸、看一看、尝一尝、嗅一嗅、举一举、折一折。其实，宝宝天生就知道运用各种感官去探索新事物，宝宝有时候就连脚丫子也要放到嘴里尝一尝。



5.给宝宝一份意外的惊喜

只要父母肯动脑筋，就会给宝宝的观察增加神奇的乐趣！宝宝都喜欢玩躲猫猫的游戏。每当父母从一块毛毯后面探出头来说“喵！”宝宝总是开心地大叫。所以，在引导宝宝观察时，给宝宝一份意外的惊喜是增强宝宝观察力的好方法。宝宝观察色块时，当他发现一只藏在色彩中的小狗轮廓，他会从中体会到发现的快乐，从而能够长时间津津有味地进行观察活动。

但是，父母要切记：不要给宝宝“观察的成果”以外的奖励，这样反而会影响宝宝观察能力的培养。

6.让我们一起观察吧

父母如果和宝宝一起观察，那是再好不过的事了。但是宝宝眼睛移动的速度、注意的转移、注意的宽度是不如父母的，如果父母捷足先登，一下子就把东西看好看准了，然后开始指导，这不但会影响宝宝观察的兴致，也剥夺了宝宝观察的权利。所以父母要做宝宝观察的伙伴，最重要的是：留一点时间和空间给宝宝，面对观察对象，让宝宝仔细地看一看，从中得到快乐。

(1)比较观察

用比较法观察事物的共性与个性，可以是同一事物比较、不同事物比较、同一事物不同部分的比较、不同事物的相近部分的比较，也可以采取一一对应的方法进行观察比较，比较其相同点和不同点。通过比较观察，可提高宝宝的辨别、分析和概括的能力。

(2)顺序观察

按事物发展的先后顺序进行观察，建立一个完整的概念，可使宝宝养成顺序观察的好习惯。

如观察大象时，让宝宝从大象的头部开始观察，然后是躯体四肢，最

后是尾巴，依次进行观察，让他掌握大象形体的特征，再仔细观察大象的饮食起居。

⑶反复观察

对某个事物进行反复的观察，可以强化观察效果，弥补遗漏，加深印象，克服宝宝观察粗略性的特点，使他逐步形成对事物的全面认识。

对于看似简单的蚂蚁，父母可以引导宝宝进行多方位的观察，如让他用放大镜观察蚂蚁有无触角？有多少腿？观察蚂蚁如何分工？如何将食物搬到蚁窝去？蚂蚁如何绕过水池？为什么下雨前蚂蚁要搬家……这是训练宝宝观察力的好方法。但是这些观察内容需要经过反复多次观察后才能够获得答案。

⑷点观察

在事物发展的过程中，必然有一个环节是重要的，这个环节就是观察的重点。通过这个重点宝宝可以学会抓住中心，掌握全局。

如让宝宝观察为什么花生又叫落花生？这是因为在植物王国里，花生是独有的地上开花、地下结果的植物，而且一定要在黑暗的土壤环境中才能结出果实。可以让宝宝重点观察地面开花、授粉后子房迅速伸长入土并在土壤里结果的过程。



⑸定位观察

通过定位观察可引起宝宝的兴趣，以达到某种目的。

如为了让宝宝学习小提琴，可以先带他去听小提琴独奏音乐会，去看别的宝宝拉小

提琴，或者父母先学小提琴，让他观察以此逐渐引起兴趣，产生学习小提琴的愿望。

(6)典型特征观察

先让宝宝观察某一事物最明显的特征，再过渡到一般的特征，这样容易激发他观察的兴趣和积极性，减少观察的盲目性。

为了让宝宝观察两种都是四条腿的、以草或树叶为食物的大象和长颈鹿的不同点，可以先让他观察大象的鼻子、长颈鹿的脖子等具有典型性的不同特征，让宝宝留下深刻的印象，然后再去观察这两种动物的其他地方，观察的效果一定会更好。

(7)分解观察

将复杂的事物分解成几个部分，分别进行观察，然后再综合起来了解全貌。这样能够培养宝宝对复杂事物的综合观察能力。

如观察F1赛车为什么跑得那样快，可以让宝宝对赛车分解分别进行观察：车身的形状、四个轮子的大小、赛手的坐舱、发动机等，然后再综合起来，就会对F1赛车有了较为详细的了解。

(8)追踪观察

追踪观察事物发展变化的全过程，有助于宝宝了解事物变化的内在联系、因果关系。

如父母与宝宝一起栽种植物，让他观察从种子落地到生根、发芽、长茎、开花、结果的全过程；或者让宝宝养蚕，来观察蚕宝宝从卵到孵化出蚕的成虫，眠蚕、蜕皮、吐丝、结茧、成蛹、变蛾、产卵至死亡的过程。

(9)培养宝宝远近意识

如在布娃娃身边由远及近排一些玩具。告诉宝宝哪个玩具离布娃娃最近，哪个玩具布离娃娃最远。变更玩具的摆列位置。再玩这个游戏。

(10)指导宝宝全面观察事物

父母带宝宝到户外观察，应教宝宝逐渐学会先观察周围总体概况，再集中观察某一特定的事物，父母可问宝宝："前面是什么？"引导宝宝注意眼前的事物，"有汽车、树、走路的人，大马路……"然后再引导宝

宝观察事物与事物间的关系，“最大的那辆汽车在树的旁边。树下面有人在卖东西。”再引导宝宝观察事物的具体属性，“车是红颜色的，有轮子……”扩大观察范围，促进宝宝思维的发展。

①教会宝宝分辨长与短的物体。可用两根粗细一样、长短不同的木棍，教宝宝识别。逐渐可用三四根长短不一的木棍教宝宝从中选出“最长的”或“最短的”一根木棍来。

②引导宝宝善于发现近似事物中的不同点和不同事物中的相似点。可给宝宝两张相似的图片，让宝宝找出不同的地方，如两张宝宝在吃饭的图片，其中一张宝宝的头上没有蝴蝶结，一张碗中没装饭或手中没有汤匙，鼓励宝宝仔细观察，把不一样的地方指出来，说出来。开始练习时，应选择那些差别明显，易发现其异同点的事物，让宝宝比较，然后可逐渐增加难度，让宝宝在相似性较大的事物中找出不同点。

③教宝宝按父母的指示、集中精力做完一件事或一种游戏。比如，让宝宝分辨妈妈衣服和宝宝衣服的差别，宝宝要么说“没有不一样”，或指出一个差异就不再注意，此时父母要不断启发宝宝思考，可以说：“我们先看看上衣，再看看裤子，然后再看看袜子、鞋子。”父母提示越具体，就越容易促使宝宝集中注意力，仔细进行观察。其次，父母可不断给予帮助、赞许、鼓励宝宝正确的观察行为，表扬宝宝的成绩。



④谁不一样？第一次游戏时，选取宝宝认识的图片四张，其中三张是同一类的，如香蕉、苹果、梨等，另一张是一辆汽车等，让宝宝从这四张图片中挑出

那张不一样的图来，并说出原因。

⑤勇敢的侦探兵。妈妈为“指挥员”，宝宝是“侦察员”，爸爸是“敌军”。爸爸将5～7件物品放在一张桌子上，作为“敌军”的“军事部署”。当“敌军”布置好后，“侦察兵”要迅速“侦察”“敌军”的“兵力部署”，并向“指挥员”报告：有多少件物品，分别是什么物品。不断增加物品的件数，使宝宝的瞬时记忆量不断增加。

如果是图画，具体可用以下方法进行观察。

寻找法：通过寻找隐蔽在图中的事物，寻找对象隐蔽的特征。

配对法：寻找图中互相有关联的事物。

找不同：通过两张相似的图画或者相似的两个物体，找出相同点和不同点。

找错：找出图画中隐蔽的错误。

猜影子：从一些影子的轮廓猜它们原来是什么东西。

拼图：通过零散的局部图片拼成一个整体图片，或者填空整体图片中丢失的部分，或者将整体图案分割为几个局部，任意转动每个局部图片的方向，让宝宝说出它在整体图案中原来的位置。

九、批评孩子要讲究方法

宝宝在成长过程中难免会犯一些错误，批评宝宝可以说是所有为人父母者的必修课。但如果不分时间、地点，采用不适宜的方式批评宝宝，甚至把批评变成对宝宝的情感虐待，就有可能造成宝宝自卑、孤僻的性格，激起宝宝的逆反心理，引起宝宝和父母唱对台戏，与教育初衷背道而驰。所以，批评宝宝也要讲究技巧。怎样的批评才能既有作用，又不伤害宝宝呢？在批评和尊重之间，了解宝宝的承受能力，并选择适合的批评方式，会帮助父母找到平衡。

下　篇

早　教　之　旅

1.一事归一事

在批评宝宝的时候，父母要明白自己的批评，是为了让他知道，做什么样的事会带来什么样的后果，而不是为了伤害他或给他打上“坏宝宝”的标签，这样就不会给宝宝造成心理阴影。

父母的批评一定要针对具体的事情，比如，宝宝回家后又忘记洗手，父母应该告诉他，每个人回家后都要洗手，不洗手是不对的，而不要扩大到其他事情上。而当宝宝的错误举动涉及人际关系时，最理想的方式是用两个步骤去“完成”一次批评—先把自己对于宝宝某个行为的感受直接告诉他，然后，平静地告诉宝宝，你知道他是一个好宝宝，只是这次做错了。

2.要注意批评的时间和场合

批评宝宝不要在自己和宝宝都很生气的时候，应该在双方都心平气和的时候进行。当宝宝大发脾气时，对于父母的批评往往会顶嘴。不要把饭桌作为批评的场所，在饭桌上批评宝宝很可能会造成宝宝的厌食，而且也得不到预期的效果。

有的父母喜欢当着别人的面，批评自己的宝宝，有时候还是不经意地在客人和小朋友面前说自己宝宝的缺点。其实，这样的做法会大大伤害宝宝的自尊心。在客人和小朋友面前批评宝宝，往往会引起宝宝的抵触情绪，让宝宝觉得以后没脸面对这些人。其实，完全可以把宝宝单独叫到自己面前，心平气和但是郑重地指出他需要改进的地方。



3.批评要及时

宝宝的时间观念比较差，昨天发生的事，仿佛已经过了好些天了，加上宝宝天性好玩，刚犯的错误转眼就忘了。因此，父母批评宝宝要趁热打铁，不能拖拉。

4.批评时要尊重宝宝的想法

有的宝宝在父母不注意的时候，动手打了其他小朋友，当问起原因的时候，他居然说，因为自己的妈妈很喜欢那个小朋友，他担心自己今后会失去妈妈的疼爱。实际上，再小的宝宝，也有他自己的想法；即使是宝宝，也不会无缘无故地犯错误，他这么做总有他的理由。要尊重宝宝的想法，慢慢地帮他理清思路，给他讲一讲自己是如何看待这件事情的。且，注意一定要一次讲清楚，不要没完没了。

5.批评宝宝之前要让自己冷静下来

宝宝犯了错，特别是犯了比较大的错或者屡错屡犯时，做父母的难免心烦意乱，情绪波动会比较大，很可能会在一时冲动之下对宝宝说出不该说的话，或者做出不该做的举动，这都可能会对自己和宝宝产生极为不良的影响。

因此，不管宝宝犯了什么样的错误，在批评宝宝之前，父母一定要强迫自己冷静下来。只有冷静，才能对宝宝所犯错误有一个客观公正的评判，才能有利于问题的解决，才能帮助宝宝找出犯错的原因和改正错误的方法。

6.批评宝宝要给宝宝申诉的机会

导致宝宝犯错的原因是多种多样的，有宝宝主观方面的失误，但也有

可能是不以宝宝的意志为转移的客观原因造成的。从主观方面来说，有可能是有意为之，也有可能是无心所致；有可能是态度问题，也可能是能力不足等。

所以，当宝宝犯错后，不要剥夺宝宝说话的权利，要给宝宝一个申诉的机会，让宝宝把自己想说的话和盘托出，这样父母会对宝宝所犯的错误会有一个更全面、更清楚的认识，对宝宝的批评会更有针对性，也让宝宝能心悦诚服地接受自己的批评。

7.批评宝宝之前可先进行自我批评

父母是宝宝的第一任老师，宝宝犯了错误，父母或多或少都会有一定的责任。在批评宝宝之前，如果父母能先来一番自我批评，如“这事也不全怪你，妈妈也有责任”；“只怪爸爸平时工作太忙，对你不够关心”等，会让父母和宝宝的心理距离一下子拉得很近，会让宝宝更乐意接受父母的批评，还可以培养宝宝勇于承担责任、勇于自我批评的良好品质，一举多得，父母又何乐而不为呢？

8.父母在批评宝宝方面要形成“统一战线”



中国有句古话叫“严父慈母”，很多家庭至今还沿袭着这一传统，父亲和母亲，在教育宝宝方面，一个唱红脸，一个唱白脸，其实这对宝宝的成长是不利的。因为如果这样，当宝宝犯错后，他们

所想的不是如何去认识和改正错误，而是积极去寻求一种庇护，寻求精神的“避难所”，他们甚至可能因此变得肆无忌惮，为所欲为。

所以，当宝宝犯错后，父母一定要旗帜鲜明，保持高度一致，形成“统一战线”，共同努力，让宝宝能正视自己所犯的错误并努力去改正自己的错误。

9.批评宝宝之后要给宝宝心理上一定的安慰

宝宝犯错后，情绪往往会比较低落，心情往往也会受到影响，父母在批评宝宝后，应及时给宝宝一些心理上的安慰。可以从语言上来安慰宝宝，比如说“没关系，知道错了改正就行”“我知道你是个聪明的宝宝，自己会知道怎么做”“父母也有犯错的时候，重新再来”之类的话；也可以从行动上安慰宝宝，比如，握握他们的手，拍拍他们的肩，或给他们一个微笑，一个拥抱等，这样就会让宝宝感到，虽然他们犯了错，但父母还是爱他们的，也还是信任他们的，他们会对父母充满感激，也会对自己充满自信。



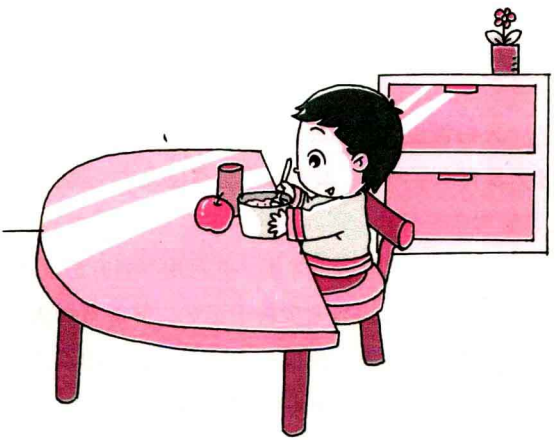
第四章 3～4岁婴幼儿早教

一.婴幼儿的阶段特点

3～4岁的宝宝，体格生长仍较缓慢而平稳，一年的体重约增加2千克左右；身高一年增长7厘米左右。这个阶段的宝宝，多数看起来似乎较以前稍微瘦了些，父母不要担心，这是正常现象。

这个年龄的宝宝，语言发展非常迅速，能用语言来表达自己的希望和要求，反映自己的需要和意见等，并能说出周围事物的形态和名称。

这个年龄的宝宝，有较强的独立愿望和独立生活能力，能够自己独立地穿脱衣服、叠小被子，还可以自己洗手绢、袜子等。他们不但这样做，而且还以“自己长大了”“自己的事自己做”引为骄傲。



3～4岁的宝宝在与人交往时，会产生主动协作的精神，遇事想征求父母以及年龄比自己大的宝宝的意见，乐于服从别人的命令，能够同小伙伴一起游戏，渐渐地懂得关心朋友，而且渐渐具备等待、分享和互相谦让的品行。但他们也很有主见，有时甚至表现得很固执和任性，这是因为他们正处在个性形成时期。这个年龄的宝宝想象力发展迅速，想象的内容丰富，但是他们往往把想象世界与现实世界相混淆，把明明没有的东西说成是真的。这主要是由于他们还缺乏生活经验，同时辨别能力也较差。宝宝的注意力、记忆力和想象力均有较大提高，能较长时间地把注意力集中在他们所感兴趣的事物上，记忆保持的时间也逐步延长，有意注意和有意记忆成分逐渐增多。思维能力也逐步由直觉行动性思维向具体形象性思维发展。这个时期的宝宝模仿能力也特别强，父母的言行举止、姿势神态、习惯方式等一招一式他们全要模仿，宝宝在模仿中会学到很多知识、懂得很多事情，但也容易模仿父母的不良言行等。

这个时期的宝宝，由于大脑功能发育基本完善，具备了一定的独立生活能力，对外界事物充满好奇，一心想探个究竟，非常希望有小伙伴，因此，这个年龄阶段是进幼儿园的最佳年龄，父母应适时地将宝宝送到幼儿园去接受集体生活的锻炼和教育。

1.3岁宝宝智力发育水平

人们常说："你真像个三岁宝宝"，其言下之意，就是"不懂事"智力发育水平不高，其实，宝宝是位天才，其智力发育水平也较高。

(1) 宝宝是天才

宝宝可能已有以下才能，并可用下列方法来判断：

①语言才能。当宝宝善于记忆，并能背诵唐诗宋词等；如果父母在宝宝非常熟悉的故事中改换一个词，他会立即改正过来；宝宝喜欢讲故事，并讲得有声有色。这表明宝宝有较好的语言才能。

②音乐才能。当宝宝可以随着乐器伴奏唱歌，喜欢各种乐器演奏，凭

声响就能判断出是哪种乐器；宝宝对不同的音乐能够进行评论，等等。如果宝宝具有这些特点，这表明他具有音乐才能。父母应该从音乐方面及早地加强引导和教育，使他的音乐才能得到发挥和提高。

③运动才能。如果宝宝举止优美协调，不费多大的功夫就能轻而易举地学会游泳、滑冰、体操等；又善于模仿父母的各种动作和表情，等等。这就表明宝宝有运动知觉能力。父母应该尽早在体育方面加强训练。

④数理逻辑才能。如果宝宝能够常常提出诸如“什么时间开始”之类的问题；对闪电打雷是怎样发生的、雨是如何形成的等问题很感兴趣；喜欢将玩具按照大小和颜色进行分类；任何图形对他都有很大的吸引力，等等。这表明宝宝具有较高的数理逻辑才能。父母应尽早为他创造有利条件和环境，使他在科学方面发挥其潜在智力。



⑤空间能力。如果宝宝擅长绘制地图和描述物体，等等。这已说明宝宝有较强的空间能力。父母应加强这些方面的培养。

(2) 智力发育水平

3岁的宝宝与1岁和2岁宝宝相比，发育已经较好了，在生活上基本能自理，如自己会洗手、会拿杯子喝水、会用勺吃饭等。3岁宝宝的感知运动也有相当水平，注意力和记忆力有了发展，想象力初具萌芽，有清楚的自我意识，有强烈的独立愿望。3岁宝宝的智力发育水平，一般可达到：

①运动：会两脚交替上下楼梯，能双脚跳远，平衡能力逐渐增强，会单脚站2～3秒钟。双手的精细动作也有很大发展，如会穿袜子、会搭积木、会用剪子和会折纸。

②语言：会说完整的儿歌、能自报姓名、性别，能较正确地回答父母简单的问题。

③知识：能认识4种以上颜色，能够辨别5～7种几何图形，喜欢自己动手画图画，而且能画垂直线、水平线、圆形和交叉线。

④适应能力：在父母指导下学会穿脱简单的衣服、系纽扣，能知道先后的顺序。有想交小朋友的愿望，并能与小朋友一起玩游戏。

2.4岁宝宝智力发育水平

随着年龄的逐渐增长，4岁宝宝在心理和行为上有了许多令人惊喜的变化。4岁的宝宝一般好奇、好动、好模仿、好被人称赞这些是这个年龄最显著的心理现象。父母唯有认识到这一点，才能读懂宝宝的行为，并能更有的放矢地培养宝宝的能力。父母应有坚定的原则去照顾及引导，应耐心地满足其因为好奇所引起的发问，并多做户外活动，以消耗其旺盛的精力。



(1)言语和游戏能力

4岁宝宝的言语表达逐渐由连贯性言语取代情境性言语，从对话言语发展为独自言语。宝宝言语发展中的另一个突出变化是有了自我中心言语，这是一种伴随着动作和游戏而进行的自言自语，是一种既具有外部言语特点，又具有内部言语特点的由外部言语向内部言语转化的过渡言语。在宝宝独自一人玩游戏时，或遇到问题情境时，这种过渡言语就频频出现。

对这个时期的宝宝来说，他们的思维已开始摆脱动作的束缚，成为独立的一个心理过程，如今，他们接触到的任何对象都是有生命的，天上的太阳、月亮，地上的花草树木、河流或是小动物、各种各样的玩具等，都可以成为他们交谈的对象。4岁，宝宝的话题会很多，他们会交流看电视节目的感受，并互相炫耀“春节父母要带我到香港迪斯尼玩！”“妈妈给我买了新裙子”等话题。

宝宝已具有丰富的想象力，这集中表现在宝宝的游戏中，游戏是4岁宝宝的主要活动。由于这个时期宝宝的想象异常活跃，因此他们的游戏也非常有趣，他们可以给任何一样东西加上他们想象的象征性意义，比如，一个小手绢，他们可以当做布娃娃的衣服和被子，也可以当做漂亮的蝴蝶结；一块积木，他们有时可以当做小桥，有时可以当做跷跷板。每一种游戏都有宝宝自命的特殊含义，任何一种游戏中都藏有打开宝宝心灵大门的钥匙。这个时期宝宝游戏的另一个特点是共同游戏，他们不再象1～2岁宝宝那样独自玩耍。

(2)思维能力

由于丰富的想象力，宝宝对事实与虚构分不清。因此有些时候别以为他是在说谎，假如处理不当，会因为伤其自尊心而引起自卑感。父母应了解宝宝的心理现象，别加上莫须有之罪名，应耐心地解释及提醒，到宝宝4岁半以后，这种真实与虚构分不清的现象慢慢会消失，他不再认为自己是一个飞人、一只怪兽等，他会慢慢学习看把真实和虚构分开。

(3)认知能力

在认识图形方面，宝宝能把同一类的图形归类，如在他前面放好多三角形、圆形、方形等，他能很好地按形状分成堆，并能说出它们的名称。在认识颜色方面，他一般能区分多种颜色，并能说出它们的名称。这时他能认识画册上的一些动物、物品，还能理解画册上人物的动作，如小朋友在穿衣、刷牙、写字等，能指出图片上缺少的部分。在数字概念方面，能数3～4件具体东西；能理解物体的轻重与长短，声音的强弱。在空间概念方面，他能理解上下和前后，知道一年有春、夏、秋、冬四季，知道上午和下午等。

(4)自理能力

4岁的宝宝已经能完全自理，如果在亲子园，教师指定某个大宝宝作为某小朋友的大哥哥或大姐姐，这位宝宝的能力就会发挥得更好，会带小弟弟上厕所，帮助他把衣服整理好；也会带小弟弟去吃饭，让小弟弟饭前洗手，带他到座位上，帮助他拿食物。午睡起床时，会帮助小弟弟穿上衣服，系好扣子，帮助他穿鞋的时候能分清左右。通过帮助别人，自己的技巧会更加熟练，既加强了自理能力，学会了适时给人关怀。

(5)认识自己，自我表现

宝宝有了自己的兴趣爱好，会在自己最好的方面努力。有些宝宝能在自己兴趣的基础上参加一些专业训练，如绘画班、电子琴班、舞蹈班、游泳班等。通过在这些专业训练班中的表现，宝宝能够认识自己的长处。同时在日常生活中，通过与其他小朋友相处，也可以知道自己不如别人的地方，能正确地评价自己。4岁的宝宝，不完全相信教师的评价和父母的评价，对自己有一定的看法。

在演出节目时，宝宝自己能做选择。如果确实自己能做得最好，就努力演出，如果有别人做得更好，就会向教师推荐，不会像以前那样盲目。遇到必须自我防卫时，宝宝会正确估量对方。对方比自己强大就跑，尽可能躲开，确定自己有力量时才出手，可以避免不必要的伤害。

⑹注意形象

宝宝会随时警惕，不做有损于自己形象的坏事，不会随地小便，不随地吐痰、擤鼻涕、乱扔纸屑和包装物，玩具和用品用完要放回原处，保持环境的整洁等。文明礼貌、尊敬长辈，保持形象，给小弟弟或小妹妹做好榜样。想要做个好宝宝，勇敢、乐于助人。有些宝宝像妈妈那样，对别人关怀备至，体贴入微。

在群体中，宝宝待人宽容、顾全大局、为别人着想，不会随便发脾气、耍赖、蛮不讲理、大哭大闹、破坏团结。宝宝带头遵守规则，保持活泼开朗快乐的形象，在群体中做出表率。如果宝宝一直生活在自己的家里，从未入亲子园或幼儿园，宝宝也会向自己的父母学习，因此父母的榜样作用十分重要。生活在幸福的家庭中，父母互相敬爱，就会成为宝宝最好的榜样。如果家庭不和，父母互相指责，经常争吵，不顾体面，对宝宝的负面影响会很大。此外，如果宝宝已经能自理，但是父母仍然帮助过多的话，不利于宝宝养成自信和独立的性格。



⑺自律和自强

4岁是一个关键年龄，4岁时的思想和记忆能延续终生，在这时打好基础拨正航向至关重要。

宝宝要在心目中建立了一个榜样，要处处向他学习，所以这个榜样的选择就十分重要。如果宝宝的见识面较广，在生活中遇到较多的人和事，在阅读中经常看到值得学习的英雄豪杰、伟大的科学家、文学艺术家、为大家做好事的人等，宝宝会在这些人当中寻找自己要学习的榜样。现代社

会，由于多媒体的快速发展，宝宝也会通过电视、媒体、报刊等来选择自己的榜样。

父母要十分注意自己的宝宝到底选择了谁作为自己的学习榜样，如果宝宝选择了飞檐走壁、空中飞人作为榜样，他白练了半天也会一事无成，因为那些都是影视上的艺术加工，不可能成为事实。父母要善于诱导，让宝宝找到切实可行，对自己有帮助的榜样来学习。宝宝心目中的榜样，往往是宝宝追求的目标，很有可能是宝宝将来期盼从事的职业，因此要多让宝宝接触在不同行业的成功人士，多读名人传记，使宝宝在心目中与榜样比较，不断学习榜样的优点。有了榜样就能使宝宝更加自律、自强不断减少自己与榜样的差距，这时榜样就可以成为宝宝前进的潜在动力了。如果榜样选择错了，宝宝向那些打架斗殴者学习或者天天打扮自己，挑吃挑穿等，这时父母就要及时扭转方向。

(8)建立性别意识

4岁宝宝的心理和行为的另一个重要特征，就是他们开始认识和学习彼此之间性别的差异。首先，宝宝由于男女身体上的差异和行为特点而对性的区别发生兴趣，随后宝宝便知道自己是男孩还是女孩，开始习得同自己的性别相适应的态度和反应。

在宝宝习得性别区分的过程中，往往以同性父母为榜样，求得相同的行为和感受。女宝宝们玩当妈妈的游戏，惟妙惟肖地学着妈妈的温柔、能干和女性所具有的独特行为；男宝宝们则模仿着爸爸的态度和行为，希望自己像爸爸那样坚强、果断。

(9) 喜欢结交朋友

4岁的宝宝很喜欢结识小伙伴并和同伴玩耍。这个时期宝宝在伙伴中体验到完全不同于父母和其他亲属之间的人际关系。在同小伙伴一起游戏的过程中，宝宝的知识、想象力和各种社会能力都能得到较充分的发挥，这种和同龄伙伴共同进行的自主活动能使宝宝认识到自我价值和能量的存在。而幼儿园这种集体生活，能够为宝宝创造同众多的伙伴接触的机会，对宝宝的心理发展十分重要，对宝宝们结识伙伴起到了桥梁作用。

三、针对其个性进行智能培育

当今，科学技术、经济建设发展较快的国家，都把教育当做开发智力、培养人才的主要途径。我国的教育要为社会主义建设服务，培养出来的人才，不仅要有坚定的信念，而且还要具有较高的智力和才能。所以，如何发展宝宝智力，不仅有重大的理论意义，更具有深刻的现实意义。

1.丰富知识，开拓眼界

智育包括发展智力，掌握知识技能两方面。单纯灌输知识，机械地背，容易抑制宝宝智力的发展，如果不从掌握知识技能和活动来发展，搞单纯的智力训练，只能是一种训练的游戏，没有丝毫的价值。因此，要发展智力，必须正确处理智力与知识的关系。



智力是在掌握知识的过程中，形成和发展的。离开了掌握知识的过程，智力就成为无源之水、无草之木。在学习知识的过程中，智力能否顺利发展，还要看给宝宝传授知识是否全面，方法是否得当。比如，“狼孩”因没有掌握人类知识的过程，所以不具备人的智力，他有狼一样的生活能力，却不具备人的思维能力。

如果仅仅引导宝宝片面地学习某一方面的知识，而忽视其他方面的知识，则不仅不能促进智力发展，甚至会形成智力发展的障碍。有的宝宝学会了加、减、乘、除甚至乘方、开方运算，但不一定表明是智力高度发展。因为这是一种在多次练习的基础上形成的熟练运算。其中缺少创造性和思维成分，只是一种主要靠记忆和熟练完成的技巧。

另外传授知识不得法，也会成为智力发展的障碍。如死记硬背，“满堂灌”“填鸭式”的方法，都会成为智力发展的障碍。

当然，练习甚至背诵也是很重要的，但必须有利于智力的发展。在背诵中要注意材料的逻辑加工，内在联系，更好地发展记忆力，在熟练掌握的基础上，引起智力的量变到质变。

智力和知识截然不同。不能以掌握知识多少作为衡量智力高低的标准。知识的掌握依赖于智力的发展水平。如：25＋18＝？有的宝宝用：(25＋15)＋3＝43来计算，有的宝宝用数手指头的办法计算，有的宝宝利用实物符号计算。虽然答案一样，但智力大不相同。

智力的形成比知识的掌握要慢得多，智力是先天和后天的合金，而知识技能完全是后天学习获得的。智力发展有一定限制，到一定时期停止。知识的掌握是无限制的，智力发展停止了，知识可在智力停止发展后不断获得，智力不能传授，而知识是可以传授的。

2.游戏开发宝宝智力

游戏能使宝宝的注意力、观察力、记忆力、想象力、思维能力得到充分的发展。

⑴在游戏中学习逻辑

数学的逻辑如排序、分类、形式、配对等，除了培养宝宝基础的数学能力外，也可以使宝宝的观察力变得更为敏锐，并让宝宝从小学会用数学的思维逻辑来解决生活中遇到的问题，逐步让宝宝体会思考问题的乐趣。同时培养了宝宝对数学的兴趣，引导宝宝创新思想的发展。这样数理逻辑

的思想从小就融进了宝宝的生活，可让宝宝体会数学的很多乐趣。

①游戏1：谁是不一样的。

目的：找出相同点或是相异点的观察能力，是培养宝宝熟练“分类”概念的基础。父母可以多运用生活中的东西和宝宝进行游戏。

父母还可以根据宝宝的实际状况，提高这个游戏的难度，比如一堆苹果中放一个橙子；在一堆一元硬币中，放一个一角硬币，让宝宝能够区别细微的差别，同时也可以让他了解，苹果、橙子虽然形状、颜色、香味不同，但都是水果，有共同点，也有不一样的地方。

方法：在一堆相同的东西中，放置一个不同的物品，如，一堆书籍中，放置一辆玩具小车；请宝宝拿出其中不一样的东西；当宝宝把东西拿出来的时候，请宝宝试着说明为什么要拿出这个东西；父母在聆听完宝宝的理由后，再加以适当的引导，帮助宝宝建立异、同的概念。

②游戏2：找伙伴。

目的：利用操作的方式，让宝宝思考颜色和笔的关系，观察相同点，学习配对。



方法：请妈妈先在白纸上涂上红、蓝、绿等几种颜色；然后拿出相同颜色的彩色笔或蜡笔；请宝宝把笔放在一样的颜色下面；如果宝宝没有放对，可以请宝宝用笔再画一次，观察画出的颜色，然后再进行一次配对。

③游戏3：玩具要回家。

目的：分类概念的应用是相当广泛的，而宝宝往往会有让父母意想不到的分类方式，父母和宝宝进行游戏

的时候，也不妨听听他们的理由。

方法：请宝宝收拾玩具的时候，也是帮助宝宝学习分类的最佳时机；可以问宝宝“玩具和书是否可以放在一起”；③请宝宝把玩具、书等物品分类放好。

④游戏4：请照顺序排好。

目的：排序是重要的数学基础，父母要帮助宝宝发现即使是相同的东西，也有程度上的差异。刚开始，宝宝多半是依照物品的物理性质排序，如大小、粗细等。

方法：准备大小不同的积木或是娃娃；请宝宝依照大中小排成一列；一开始排序的物品不要太多，可以先从3个开始，请宝宝先比较其中两个并依序排好，再拿第三个和前两个比较。可根据宝宝的能力来增加排序的数量。

⑤游戏5：下一个轮到谁。

目的：相同形式是数学的概念之一，也是语言、听觉甚至是动作的训练，通过眼、耳及语言的方式，能帮助宝宝更清楚地认识“形式”。

方法：准备几个积木、车子等宝宝生活中经常玩的玩具；然后父母一边念着“车子、积木、车子、积木……”并将物品依序排出；请宝宝按照排好的物品顺序，念出他们所看到的物品；然后问宝宝积木的下一个应该是什么呢？再下一个是什么；可以请宝宝重复多念几次，察觉出次序感。

⑵手指游戏开发宝宝智力—肢体运动

以下3个阶段的活动并不是孤立进行的，在教宝宝掌握一个新内容的同时，往往需穿插复习前一阶段的内容。这样，宝宝学过的东西不断得到巩固、加深，使眼、手、口、脑的配合日趋准确、协调和灵活。

①初步了解手的结构，培养宝宝对手指活动的兴趣。首先教宝宝认识自己的手，使他知道手有手心、手背、手腕和手指，然后再逐一认识5个手指的名称。认识后再通过游戏“手指点名”进行巩固，即父母说出一个手指的名称，宝宝立即伸出相应的手指并说：“×指到。”先是单手练习，熟练后用双手同时练习。

在这个阶段，为了增强宝宝对手指活动的兴趣，父母还可以安排他玩一些小游戏，如“小老鼠”：宝宝先学用拇指和食指做老鼠，再学习加上中指做老鼠顺着身体爬的动作，这个游戏用单手玩；也可以让宝宝的两手分工，一只手做灯，一只手做老鼠，两手配合，共同进行游戏。

②学习用手指表示数和方位，训练宝宝手指小肌肉的活动能力，增强灵活性和准确性。

在宝宝通过数字学习和计算游戏后，在掌握了手口一致点数5以内实物的基础上，就可以让他学习用手指表示1～5了。具体做法是：父母先示范，说一个数做一个相应的手指动作，使宝宝有了一个整体印象后，再来学习。

本阶段的游戏还有：

“听听是几”：父母说出一个数字或敲几下铃鼓，要求宝宝很快地伸出相应的手指。另外，也可以在家里的大钟敲响时，让宝宝用手指告诉父母几点了。这样，就在训练宝宝较灵敏的反应力的同时，还培养了宝宝良好的注意力。

“小鸟”：宝宝两手背向上，交叉相握，两大拇指相顶做鸟头，其余4指做翅膀。通过两手心的开合及手指的上、下动作做小鸟飞翔状，父母可提出向上、向下、向前、向后等要求，让宝宝一边游戏，一边巩固空间方位概念。



“水波”：两手背向上，指尖相搭，两手交替上下起伏，形成水波。这一动作要做得连贯、协调，主要是练习宝宝手指及手腕动作的灵活性。

“猜拳”，即“石头、剪刀、布”：通过这个活动可训练宝宝的反应能力和手指动作的精确性。

③综合练习，使宝宝的手指和其他感官结合起来，协调、熟练地进行各种游戏。先请宝宝观察父母用手指表示0～5，并和父母一起说出从前一个数到后一个数要收什么指，伸什么指。如从0到1，要收拇指；从1到2，伸中指；从2到3，收食指，伸无名指和小指……然后让宝宝自己边出边说。这是宝宝手、眼、口、脑全面的结合，使其注意力高度集中，思维处于兴奋状态，充分体现了手指活动的巨大作用。

本阶段游戏还有：

“做生姜”：从食指开始，往后每一个手指都搭在前一个手指上，边做边说出手指名称，双手分别练习。

“指五官”：五指分工，如拇指指嘴，食指指鼻子等，听父母说出某个五官的名字后，和宝宝一起立即用相应的手指指着它，看谁动作最快且手指出得对。

“照相机”：两手背相靠，相应的手指互相勾起来，留出食指和拇指圈成圆。这个游戏分两次进行：第一次学习手背相靠，用两个小指相勾做相机；第二次学习用小指、无名指、中指相勾做相机，父母可以给宝宝照相，宝宝也可以给爸爸或妈妈照相。

三、多做亲子游戏

妈妈+宝宝+爸爸——一家人游戏是一种快乐、活泼、自然丰富和极富创造性的活动，也是宝宝学习的一条直接途径。游戏是有趣的，虽然有时也显得有些漫无目的，甚至显得有点简单，但是它是父母培养宝宝认知、情感和社会能力的关键方法之一。

亲子游戏是宝宝游戏的一种重要形式，在宝宝成长发展过程中占有重要的地位。

下　篇

早　教　之　旅

1.小手小手变变变

目的：锻炼小肌肉的协调与灵活，训练思维反应能力。

方法：父母和宝宝都把手藏在各自身体的后面；父母和宝宝一起说："小手小手藏起来，小手小手变变变！"；每次都鼓励宝宝变出不一样的动作。如变成一把抢、一只小狗、数字八、小兔的耳朵、一个三角形等。妈妈和宝宝还可以相互学习各自的动作！

提示：说最后一个"变"字的时候，小手一定要变出动作来。

2.小青蛙跳荷叶

目的：学习单脚、双脚跳和有一定距离的跳的各种方法。

准备：用马甲袋做的荷叶，用小的毛绒玩具做害虫，一个篮子。

方法：妈妈把荷叶一张一张铺开放在地上，对宝宝说"春天来了，池塘里也长出一些害虫，我们变成小青蛙去吃掉害虫，好不好？"；妈妈和宝宝一起说："小青蛙，本领大，跳跳跳，呱呱呱。"（活动四肢、巩固跳的动作）；青蛙妈妈带着青蛙宝宝跳到荷叶上，一次捉一只害虫，然后再返回去；青蛙妈妈说："现在宝宝长大了，自己去捉害虫吧，妈妈在家等你。"妈妈可以根据宝宝的活动情况，适当改变荷叶与荷叶之间的距离。



提示：一次只能捉一只害虫；只能跳；双脚要落在荷叶上。

3.钻洞洞

目的：尝试用身体做各种动作，发展身体的韧性。

准备：一个小球。

方法：父母和宝宝一起说："小手小手拍拍，小脚小脚跳跳、小腰小腰扭扭，膝盖蹲一蹲，脑袋点一点，请我的身体动起来。"接着做热身运动；做个小洞洞。父母鼓励宝宝用手臂和身体做洞洞，每次做出不一样的洞洞，能让宝宝、妈妈手中的小球穿过；做个大洞洞。父母尝试用身体做大洞洞，能够让宝宝能从这个洞洞中穿过。

提示：每次都是利用身体的不同部位变出洞洞，不能重复；变出的洞洞大小要让小球或宝宝可以钻进去。

4.揪尾巴

目的：发展腿部力量，提高跑的速度。

准备：3根长50～60厘米的彩色纸带。

方法：父母和宝宝各自把彩色纸带塞在裤腰后做尾巴；父母跑一定距离，宝宝跑去揪父母塞着裤腰后面的尾巴；等宝宝跑开一定距离后，父母跑去再揪宝宝后面的尾巴。

提示：被揪到尾巴后，马上要去揪对方的尾巴。

5.照片上的人是谁

目的：帮助宝宝通过观察，找出家人的外貌特征，进而培养宝宝认出周围人各自不同的外貌特征。

准备：相册。

方法：和宝宝一起找一个舒适的地方坐下来，找出宝宝的相册；和宝宝一起欣赏一张照片，让他想一想：照片上的人是谁？这张照片是什么时

候拍的？在什么地方？照片上还有谁？

提示：也可以拿家人、朋友的照片来进行这个游戏。

6.小鸭跳水

目的：培养宝宝的思维能力以及竞争的意识。

准备：四根筷子，较软的羽毛若干，记分牌，小方桌。

方法：用四根筷子在桌子中央摆成一个正方形，成为“水池”，和宝宝各坐一边。游戏时，宝宝和父母将下巴靠在桌子上，用嘴吹放在桌边的羽毛（小鸭），使羽毛落入“水池”，成功一次得一分。最后以得分多者为胜。

提示：吹羽毛时只能吹一口气；宝宝取胜后，可以适当地发点小礼物以资鼓励。

7.娃娃树

目的：培养宝宝的认识能力和动手操作能力。

准备：很大的白纸和蜡笔。

方法：父母先和宝宝在镜子面前照一照，摸一摸脸和手脚，感觉一下自己的身体；告诉宝宝父母要画一个跟他一样的小朋友，鼓励他躺在白纸上，然后父母用蜡笔沿着宝宝身体旁边画，描绘出宝宝的外形；将此大纸娃娃用胶带贴在墙上；和宝宝一起找宝宝的照片和他喜欢的作品贴



上去，或一起讨论宝宝喜欢的人或物，然后画上去；最后写上宝宝的出生年月日，就完成一张属于宝宝的娃娃树了。

8.由小见大

目的：培养宝宝的思维能力以及认识能力

准备：旧杂志、大信封、卡片纸、剪刀、胶水或糨糊。

方法：找一本旧杂志，陪宝宝仔细看看里面的图片如汽车、动物、人等。然后把这些图片剪下来，分别贴在一张张的卡片纸上，再把这些图片统统装进大信封里，进行下面的活动：抽出其中的一张纸片，让宝宝只能看到底下的一部分，然后问他："你看到了什么？两个轮子？那是什么？一只狗吗？再猜猜看。"如果他还看不出来，父母可以把纸片再多拉出来一些，给他较多的线索，直到他猜出来为止，然后再换另一张图片。

9.捉太阳

目的：培养宝宝反应灵活及动作敏捷。

准备：一面小镜子。

方法：父母用一面小镜子反射阳光，照在墙上让宝宝用手捕捉，照在地上用脚踩踏。也可让几个宝宝一起游戏。

提示：光不能照在宝宝眼睛里；开始的时候，光移动的幅度不要太大；待宝宝反应较快时再加大幅度。

10.不倒翁

目的：让宝宝加强平衡能力。

准备：一个不倒翁。

方法：让宝宝先看看不倒翁，无论怎样推它都不倒；让宝宝学不倒

翁站好不扶物，爸爸在宝宝身旁，用右手从后面推宝宝，用左手在前方保护，以防宝宝向前倾倒，以此类推。如果在前、后、左、右等方位推宝宝，宝宝都没有摔倒，爸爸要抱起宝宝举得高高的，以示鼓励。

11.油珠和水珠赛跑

准备：塑胶布1张，1小匙食用油，1小匙水。

方法：　把塑胶布铺在平整的地上；滴几滴油和水在塑胶布上；用力吹，看看油珠和水珠谁跑得快。

提示：油的内聚力较大，可一直维持凝聚状态，呈圆珠状，受到压力易滚动，跑得比较快。

12.撕一撕

目的：学习撕的技能，发展宝宝手的协调能力；初步知道纸是可以撕的，并体验不同厚薄的纸撕的时候不同的感觉。

准备：各种厚薄不同的纸（信纸、餐巾纸、铅化纸等）。

方法：父母用纸为宝宝撕一样小动物，让宝宝说说是用什么方法变出小动物的，让宝宝也来撕撕纸，从而知道



纸是可以撕的；给宝宝各种纸，引导宝宝看看、摸摸它们有什么不一样，让宝宝把它们都撕一撕，感觉一下哪些纸容易撕，哪些纸不容易撕；把一张薄纸分成两半，一半叠成几层，让宝宝把两半都撕一撕，比较哪个容易撕，想想为什么。

13.捉空气

目的：激发宝宝对空气的兴趣；知道空气是看不见、摸不着，但到处存在的。

准备：一个塑料袋。

方法：把塑料袋打开，用力甩一下，使袋子鼓起来，找找里面有什么？好像什么也没有！捏紧袋口，袋子里好像装满了东西，可就是看不见，用手摸也摸不到。其实袋子里确实有一样东西，它叫“空气”，它是看不见、摸不着的；用塑料袋在桌子底下、窗台边、阳台上、操场上等地方去装一装，原来到处都有空气。

14.我会分

目的：巩固对已学红、绿字的区分。

准备：红色、绿色的物品、红、绿字卡。

方法：拿出红、绿字卡，让宝宝指读；让宝宝讲出家中有什么物品是红色的、什么物品是绿色的；父母出示字卡，宝宝指向相应颜色的物品；父母指红或绿的物品，宝宝出示相应的字卡。

15.快乐小推车

目的：训练平衡能力；训练父母和宝宝的协调性。

方法：宝宝四肢着地趴在地上，父母双手抬起宝宝的后腿，宝宝用双

手慢慢向前移动。

提示：此游戏进行时，为安全起见可让宝宝戴上手套。

16.摸一摸

目的：培养幼儿的触觉能力，增强认知能力。

准备：一个布袋，自由选择物体（如图书、文具、塑料杯、牙刷、盒子等物品）。

方法：将所有的物品先让宝宝看一看，再放进袋子里；由宝宝伸手进去摸取一件物品，然后问他："你现在摸到的是什么？"然后让宝宝猜猜自己摸到的东西，再取出看看猜对了没有。

17.听一听

目的：感知不同的物体碰撞会发出不同的声音；培养宝宝的节奏感。

准备：小石头、黄豆、米、粗沙子、4个小瓶子（不透明的）、录音带。



方法：请宝宝辨认几种东西，并能说出其名称；父母指导宝宝把小石头、黄豆、米、粗沙子分别装入空的小瓶子里，并把盖子用透明胶贴紧；父母请宝宝闭上眼睛，让宝宝摇摇小瓶子，分辨瓶中是

什么东西；播放歌曲，父母和宝宝一起随音乐节奏摇动瓶子。

18.打豆腐

目的：锻炼宝宝身体的灵活性。

方法：妈妈和宝宝相对站立，双手互拉开后一高一低；游戏时，一边换手的高低位置，一边说："哪边高，哪边低，打豆腐，快来买。"说完后，让宝宝从拉开的双手中间穿插，翻身360度。

19.老鹰捉小鸡

目的：训练宝宝跑的技能，以锻炼宝宝的体力和提高身体的协调能力。

方法：爸爸扮老鹰，妈妈扮鸡妈妈，宝宝扮小鸡，让宝宝跟着鸡妈妈的步子，自如地控制步子，左右来回跑或拉着妈妈衣服转圈跑。

20.跳跃

目的：有助于宝宝肌肉的发育和身体动作的协调，并增强宝宝的自信心。

方法：宝宝两腿弯曲，身体略向前倾，手臂向后伸直呈"飞机"状，做好准备。爸爸喊口令："一、二、三，跳！"宝宝双脚往前跳或往下跳（宝宝站在高度一般不超过20厘米的物体上）。

21.平衡

目的：提高宝宝身体的协调能力和平衡能力。

方法：开始可在地面上画宽约20厘米左右的两条直线，让宝宝在两线之间走，不得超出线的范围。在此基础上，再训练宝宝走平衡木。要领是

双手左右平伸，两腿交叉走直线。

22.颜色感知

目的：熟悉各种物体的颜色，并学习简单语句。

方法：可以用一些大小、形状相同，颜色不同的积木进行练习。首先要求宝宝："拿出一块跟妈妈手上一样的红色积木。"宝宝拿对后，给予鼓励；再要求宝宝说"红色积木"，然后过渡到只说"拿出一块红色积木给妈妈"，宝宝掌握该颜色后，再教他认其他颜色。

23.虎口拔牙

目的：培养宝宝动作的灵活性和判断力。

方法：爸爸当"虎口"，双手环抱坐在椅子上，腿上放些玩具当"虎牙"。宝宝当"拔牙"的人，找准机会把"虎口"内的"虎牙"一颗颗拔出来，同时防止"虎口"随时闭合"咬"住自己。



24.倒蹬自行车

目的：练习腰部和腿部力量，培养宝宝动作的协调性。

方法：父母和宝宝躺在床的两头，抬起腿让双方脚心相贴，然后一前一后地

蹬腿，像骑自行车一样，一边蹬一边念儿歌："叮铃铃，叮铃铃，骑着车儿上北京。北京有个天安门，天安门上挂红灯。红灯亮，照四方，大家心里暖洋洋。"

25.找物游戏

目的：训练宝宝的触觉以培养宝宝的分析判断能力。

方法：妈妈在布袋里分别放入铅笔、书、橡皮、积木等物。然后用手蒙住宝宝的眼睛，请宝宝从布袋里摸出妈妈所要的东西。如：妈妈说："我要两支铅笔"，宝宝就把从布袋里拿出两支铅笔给妈妈。

26.包糖果

目的：锻炼手的团捏能力，发展手指的灵活性。

准备：两种颜色的绉纸各5张。

方法：父母先拿一张绉纸用力团捏，边团捏边说："用红色纸捏捏、团团。""用力捏，使劲团。""圆圆的糖做好啦！再拿一张绿色纸把糖包起来。""糖果做好啦，真好看！""你一定也能学会包糖果，让我们一起来做吧！"

宝宝包糖果，父母从旁指导和帮助。全部完成后，把"糖果"放在小盘里，数一数有几粒，看看哪一粒包得最好。父母随时鼓励宝宝。

提示：包糖果用的纸可以就地取材，如吃完糖果后的包装纸；做糖用的纸必须要柔软，如餐巾纸；包糖果的数量可以自由决定；宝宝在操作过程中，父母不要替代他。

27.青蛙过河

目的：培养宝宝的跳跃能力。

方法：父母面对面坐在地板上，两脚分开，脚心相对，组成“小河”。让宝宝双脚跳入“小河”再跳出来。爸爸或妈妈也可跳，让宝宝与妈妈或爸爸组成小河，以增加趣味性。



28.找一找

目的：帮助宝宝认识左右手及各手指头的名称，培养宝宝的观察力。

方法：爸爸或妈妈把两只手交叉合在一起，可藏起任何一个手指头，然后数到10。让宝宝找一找是左手还是右手的哪一个指头不见了。

29.拍电报

目的：培养宝宝的记忆力和口语表达能力。

方法：爸爸、妈妈分别呆在两个房间里。妈妈悄悄对宝宝说一句话，宝宝听后跑过去把话完整地传给爸爸。父母可做记录，看看哪句话传对了，哪句话传错了。

四、做孩子的语言玩伴

让宝宝在游戏中学习语言是最自然的。父母不仅要鼓励宝宝多与小朋友玩耍，父母自己也要多和宝宝说说话，做做游戏。当父母成为宝宝的“语言玩伴”时就会发现，宝宝其实很会说话哦！

1.宝宝不善表达的原因

造成宝宝不善表达的原因有很多，如果不是智力、心理、生理等方面的原因造成的，那么宝宝“不善言辞的”原因很可能与父母有关！

父母经常给宝宝创造说话的机会吗？

如果答案是否定的，那父母就要注意了。语言是需要运用的。如果父母因为工作忙或者因为本身个性内向、不善言谈而很少与宝宝进行语言交流，而宝宝又缺乏与其他人交谈的机会，那么宝宝的语言发展就会受到阻碍。

如果父母经常和宝宝说话，可宝宝的语言表达还是不行。那就请回想一下，在和宝宝说话时，是不是根本没有给宝宝开口的机会呢？如果父母总是在唱“独角戏”，怎么能希望宝宝口齿伶俐呢？

此外，许多宝宝在不会说话的时候都会用动作或者“啊啊”的声音来表达自己的意愿，但当宝宝到了3～4岁时，如果父母还是纵容他使用这样的“语言替代品”的话，宝宝就不会费力去学习说话了。长此以往，宝宝的语言能力必然会受到压抑。

在宝宝说不清楚的时候，父母是不是总是很不耐烦地责备他或者打断他？如果答案是肯定的，那么宝宝很可能是被父母说“笨”的。刚开始学说话的时候，宝宝常常说了半天也没能把事情说清楚，这是很正常的，如果父母总是因此而责备他或者打断他的话，久而久之，宝宝就不愿意和别人交流了，语言自然也就发展不起来。

如果父母做得很周到，宝宝也很健康，可他就是“惜字如金”，那么宝宝很可能个性内向，不爱说话。在这种情况下，父母只要多引导宝宝，相信宝宝也将“能说会道”。

2.生活中的语言训练

只要父母善于发现和利用日常生活中的点滴机会，父母就是宝宝最好

的“语言玩伴”。

⑴宝宝做事时

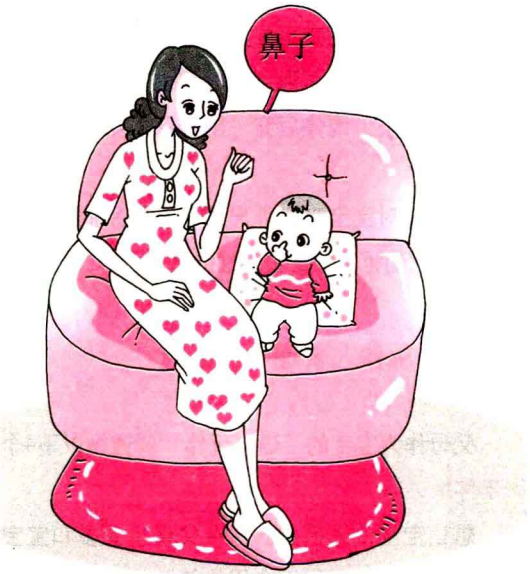
方法：在宝宝做事时进行评论，并给宝宝提出问题。比如问他：“你画的房子真漂亮，但你为什么把它画成绿色呢？”“你画的那个人看上去好像在跑步”等。

作用：让宝宝知道父母对他正在做的事情很感兴趣，同时也间接地告诉宝宝可以用语言来描述他正在做的事情。

小提醒：父母对宝宝的“所作所为”进行评论千万不要太过分，因为有时候宝宝想一个人把事情进行下去，而不希望父母对他进行太多的评论或不愿意回答父母提出的问题。

⑵听诗词、儿歌和童话时

方法：经常给宝宝讲故事，并和他一起念一些诗词和儿歌。宝宝可是非常喜欢诗词、儿歌和童话的，喜欢它们具有的那种有节奏的韵律，即使他不能领会其中的意思。



作用：经常让宝宝听诗词、儿歌和故事，能帮助他将字、词中的音节区分出来，对他以后准确发音、阅读可是很有帮助的！

小提醒：这个过程就好像看电视，是一种比较放松的长时间的灌输过程，所以父母一定要持之以恒。

(3)宝宝回答问题时

方法：从现在开始，当宝宝回答给别人提出的问题时，父母不能只要求他回答“是”或者“不是”，而一定要他用完整的句子来回答，越具体越好。

作用：这能培养宝宝认真听别人讲话的能力，并能丰富宝宝的词汇量，因为他必须用一句话来代替简单的“是”或者“不是”。

(4)买东西时

方法：父母带宝宝一起去选购商品，虽然很多时候，购物时间有限，不可能让宝宝随心所欲地选购，但只要条件许可，父母都要鼓励宝宝和你们一起挑选商品，哪怕只是很少的几件。

作用：这能让宝宝有参与感。而且让宝宝多和父母去购物能扩大宝宝的词汇量，让他了解许多商品名称，并能增强宝宝的观察力和记忆力。

(5)外出活动后

方法：多和宝宝出去走走，因为每次外出活动都可以成为父母和宝宝的谈资：坐车出去、到百货公司坐电动扶梯、月亮出来后出去散步、看小鸟睡觉的样子、雨停后穿了雨鞋踩水塘玩等，这些都可以在外出后与宝宝进行谈论。

作用：对宝宝来说外出活动等特别的事情不仅会让他牢牢地记在脑子里，而且它们也和日常重复性的活动一样，能让宝宝从中学习到许多词汇。

3.“语言玩伴”要遵守的原则

父母作为宝宝的“语言玩伴”要遵循以下4个原则：

(1)不停地讲述

想让宝宝伶牙俐齿，那么父母也要多和宝宝说说话。每当父母和宝宝在一起时，就要抓住机会用最简单的词语向宝宝解释、讲述你们正在做什么事。如“我正在洗碗”“我在找我的鞋子”等。

(2)问一些不能直接回答的问题

有一些问题只要回答是或不是就行了，但这对宝宝的语言发展是没有多大帮助的。但如果父母提出的是宝宝不能直接回答的问题，如“你是怎样搭出这个积木塔的呢？你还有另外的搭法吗？”或者“我不会做这个，你是怎样做出来的呢？”那么宝宝就会进行思考并多说几句话来回答父母，这可是很好的锻炼语言能力的机会！

(3)帮助宝宝说出完整的句子

很多时候，宝宝说的几个简单的词里面包含着特别多的内容。如宝宝说：小明花园。这句话可能的意思是：

小明想到花园里去玩。

小明在花园里玩过了。

小明画了一幅花园风景的画。

……

宝宝往往希望父母能够完全理解他所说的话。作为父母，不但要理解宝宝的话的真正含义；也要让他知道，你们完全能够理解他想说的话。所以父母要帮助他说出他想说的完整的句子。如上面的例子，宝宝就等着父母在他说完两个词后马上说出：“是的，小明在花园里玩过了。”



(4)表扬可以增加宝宝的勇气

宝宝特别喜欢听到父母说他做得好。但在表扬的时候，父母也要尽可能运用不同的词语，这可以丰富宝宝的词汇！

4.关于语言训练的小游戏

通过平时玩一些小游戏，宝宝的语言能力也可以得到训练。

(1)编故事

童话版。宝宝很喜欢那些以自己为主角的小故事。父母可以经常给宝宝编一些以他为主角的故事，如宝宝与一个青蛙出去郊游；宝宝坐在飞毯上飞到了一个神秘的地方等。

生活版。宝宝曾经经历过的事情也都可以讲给他听。虽然对这些以前发生过的事情宝宝可能根本没有记忆，但他非常愿意听这些发生在他身上的事情。比如他在妈妈肚子里是怎样踢脚的，出生时如何大哭等。

作用：这两个游戏能增加宝宝的想象力，提高他的语言表达能力。另外，因为没有图画书作为辅助工具，宝宝听故事时会比平时更加集中注意力。

故事是宝宝探知未知世界的窗口，是训练宝宝语言表达能力的有效方法。父母在讲故事时要做到声情并茂、合理夸张、适时提问，让宝宝去想、去补充、去完善，充分调动宝宝的想象力和参与性。当然，也不能单纯由父母讲、宝宝听，更多地应该让宝宝参与到其中。

父母可以在讲故事之前，明确地向宝宝提出任务：不能光听故事，还应该学会复述故事。这样，宝宝在听故事时就会思想集中，有意识地去记故事。宝宝在复述故事时，如果有不完整的地方，父母不要简单粗暴地打断宝宝的复述，而应该予以适时的提醒和耐心的解释，允许宝宝自由发挥，这样宝宝的语言表达能力和记忆力就会得到发展。

(2)反义词游戏

让宝宝听命令做动作，但做的是命令的反义动作。比如让妈妈和宝宝面

对面站在桌子的两边，拉住桌布，妈妈在一边发布命令，当妈妈说“拉”的时候，宝宝应该松手，当妈妈说“放”的时候，宝宝则要拉紧等。

作用：这个游戏能让宝宝学习如何认真倾听，同时它也是一个很好的交流游戏！

⑶组合故事

父母和宝宝一起在小纸条上写上不同的动作和地点，随意组合后编成一个情景小故事。当然，如果父母嫌麻烦的话，也可以和宝宝一起随心所欲地口头编造故事，宝宝同样会从中得到很多乐趣。比如：一个人—爸爸，遇到一个小姑娘—白雪公主，他问她—要吃面条吗？结果—他们烧了一大锅面条。

作用：这个游戏对宝宝锻炼口头表达能力非常有用。

⑷悄悄话

这是一个要全家一块儿玩的游戏。全家围成一个圈儿坐着，然后第一个人在第二个人的耳朵边说一句话，让他传给后一个人，这样依次传话，一直传到最后一个人为止。看看最后一个人听到的话与第一个人说的话是不是一样。如果人少的话，可以传两圈再结束。



作用：锻炼宝宝的听力，让他养成别人说话时仔细倾听的习惯，并练习准确的发音。

五、培养孩子好学的品质

宝宝的习惯不是天生的，而是在与家人、他交往过程中，模仿和学习到的，一个好的引导会培养一个好的习惯。因此，培养宝宝好学的品质也要从小开始，在此阶段更应加强，以便为宝宝以后的人生做好准备。

1.父母和宝宝分享热情

无论令父母着迷和激动的是一场比赛、一门艺术、一项科技还是一盘拿手菜，都应该让宝宝感受到你们从中获得的乐趣。如果父母刚刚兴奋地读了一篇文章或者看了一期《科技探索》节目，你们应该把这种兴奋告诉宝宝。父母可以大致讲述你们刚刚了解到的事情，让宝宝知道到底什么让你们感到有趣。虽然宝宝不能充分理解其中的奥秘，但是他至少能够感受到你们的热情，同时也向他传达了一种信息：父母也喜欢学习。

2.用书籍包围宝宝

如果宝宝随处都能接触到书籍，那么他的阅读兴趣就容易被激发出来。所以，让宝宝的身边充斥着不同种类的，报纸、杂志、书籍、辞典……是让宝宝爱上读书的一个好方法。因此，不要把你们家的书籍束之高阁，而应放在宝宝随手可以拿到的地方，餐桌、床头、沙发靠背甚至汽车后排座位上。从宝宝很小开始，父母就可以给他一些旧报纸、旧杂志，任凭他把它们撕得七零八落。慢慢的，再在家里确立一个看书或者讲故事的时间，让阅读成为一种习惯，并且让宝宝从中感受到乐趣。

3.收起宝宝的玩具

什么是最好的玩具？答案很简单：只有被宝宝彻头彻尾玩儿过的玩具，才是最好的。所以最有效的办法是收起他的玩具大军，只留下几样在外面就可以了。这样，宝宝就不会漠视它们中的任何一个，而无论是锻炼手眼配合的，还是协调能力的，无论是激发想象的，还是增长知识的，就都可以物尽其用了。

4.从宝宝的爱好入手

如果宝宝迷恋恐龙，父母可以经常带他去自然博物馆，或者到图书馆里给他借一些史前动物的画册，当然适当的时候也可以买一些模型玩具，随时在家里上演“侏罗纪大战”。不要对宝宝迷恋一些冷僻的知识而失望或担忧，恰恰是这种独一无二的爱好更能够维持得长久。



很多优秀的运动员和艺术家的共同之处就在于，他们的父母都是从很早就开始认可和鼓励他们的特殊爱好，并且尽最大可能提供帮助。所以父母们的使命可能就是：宝宝指出方向，父母扫清障碍，让他尽可能多地接触外界事物，并且给他足够的时间去探索和发现。

5.提有水准的问题

提问可以激发宝宝的学习兴趣，父母要常提一些有水准的问题。有时候，宝宝给出的答案会让父母欣喜若狂，于是父母就不停地重复这个问题，想重温一下当时的快感。但是宝宝可不这么觉得，他已经告诉过你们这块积木是绿色的，你们如果还要反复测试，他就会感到厌烦。所以，如果父母希望宝宝能够保持高昂的学习热情，就不要总用陈旧的问题“骚扰”他。

此外，提问一定要涉及细节。这不但能让宝宝知道父母关心他的生活，而且也是一种帮助宝宝学习的方式。因为当宝宝从乱糟糟的世界中挑选他感兴趣的人或事的细节并讲述出来的时候，他就已经在学习了。

不要因为有些问题父母自己不知道答案而刻意回避。这正是向宝宝示范如何学习的最佳机会。父母可带着宝宝一起查字典、上网、逛科技馆，这不仅仅是为了获得答案，更重要的是让宝宝了解获得答案的方法。

6.不要用奖赏作为诱饵

当宝宝帮助父母完成一些家务劳动后，父母可能会象征性地给他一些报酬。那么，这样的方式用在学习上是否妥当呢？通过物品或者金钱作为刺激，可能会减弱宝宝主动学习的兴趣，使宝宝把学习当做一个任务，而不是一件充满乐趣和惊喜的事。只有当宝宝对一件事情由衷地感兴趣的时候，他才能学得又快又好又开心。

7.适当的时候抽身而退

很多父母在无意中会影响宝宝自己的学习，他们为了提高宝宝的效率，经常跳出来说：“不对，你这样就错了。来，看妈妈怎么做！”父母应该鼓励宝宝自己去发现，同时也要让宝宝感觉到父母就站在他身后，在

需要的时候随时能够提供帮助。虽然宝宝在独立探索的过程中会绕弯路，但是这正是他需要的学习过程，并且能够更长久地鼓舞他的学习热情。经过这个过程建立起来的自信，能帮助他继续前进。

8.关注过程而不是结果

如果父母希望宝宝成为一个好学的人，那么请更多地关注“他在做什么”，而不是“他做得怎么样”。除非父母只在乎他是否能获得好成绩，而不是他是否喜欢自己正在做的事情。



第五章 婴幼儿早教游戏

一.基本要求和特点

我国著名教育家陈鹤琴先生说过："小宝宝生来是好动的，是以游戏为生命的。"

、的确，游戏可以促进宝宝感知、观察力的发展。游戏使宝宝直接接触玩具和各种材料，通过具体的操作活动发展各种器官的感知觉能力、动手操作能力和观察能力。

游戏也可以促进宝宝记忆能力的发展。由于在游戏中往往重复地反映宝宝经历过的事件，从而加深对知识的理解，起到巩固记忆的作用；由于扮演角色的需要，宝宝必须自觉、积极、有目的地去记忆某些游戏规则或追忆事件的情节，这样就发展了宝宝的有意记忆。





游戏还可以促进宝宝思维能力的发展。宝宝在共同确定游戏主题、构思情节、分配角色、制作"道具"等一系列活动中，总是在



积极思考，不断解决问题，从而使思维能力得到锻炼和提高。

游戏对促进宝宝想象力、创造力的发展也有着积极作用。游戏的情节、行动方式都没有什么固定模式。在角色游戏中，宝宝可以把自己想象成另外一个人，并可以不断地变换身份等。这种游戏的假象性为宝宝的想象提供了广阔的天地，极大地发展了他们的创造力。

游戏使得宝宝彼此之间交谈机会增多，因为大多数游戏不是宝宝独自一个人玩，而需要他人的合作。在游戏的全过程中，宝宝都要用语言交流思想，商量办法，这有利于宝宝口语表达能力的培养。

游戏是宝宝道德品质教育极为重要的方式之一。通过游戏宝宝能够识别最基本的真、善、美与假、恶、丑。例如，宝宝在游戏中，往往能识别好人和坏人，这会让他们懂得，自己如果想成为游戏中的好人，就必须要求自己具有讲信用、守纪律、诚实、勇敢、坚强等优秀品质，并努力在游戏中达到这些要求，以此在游戏伙伴中树立威信。故可以利用宝宝喜欢游戏的心理特点，在游戏中启发和纠正宝宝的一些不良行为，以起到事半功倍的教育效果。

宝宝通过参加群体性的游戏，可以学会如何与他人相处，如何与别人合作，从而增强宝宝的社会交往能力和自我控制能力。因为自我意识很强的独生子女在一起玩耍时，难免会出现一些矛盾和争执，但是也只是通过这种经验才能促进宝宝学会自我克制，学会听取别人建议，才可以培养宝宝开朗乐观的性格和善于协作的精神。这些品质对于宝宝将来上学，直至长大走上工作岗位、步入社会都是十分重要的。

二.益智游戏

热爱“游戏”是宝宝的天性，也是发掘宝宝潜能最主要的方式。通过游戏过程中简单的肢体运用、互动，父母可与宝宝之间建立信任感、安全感，也可增加宝宝对各种潜能的探索及认知。同时通过简单的游戏互动，

不仅能增加亲子间的情感，还可让宝宝有愉快的体验及感官认知。

1.走小路

目的：训练宝宝的平衡能力和行走能力。

方法：用粉笔画线或用两条绳做成“羊肠小路”，让宝宝在线中独立行走。也可领宝宝到室外的小路上独自行走。

2.翻书

目的：训练宝宝手指的肌肉运动，增强灵活性。

方法：在给宝宝看书时，有意识地让宝宝自己翻书页，开始宝宝总是五个指头一齐上，一叠一叠地翻，父母要反复给他示范，让他慢慢学会用三个指以至两个手指一次翻1～2页，最后一页一页地翻。

3.左右推动

目的：训练宝宝独自站稳，在身体摇动时学会保持平衡。

方法：和宝宝玩向左右推动的游戏，开始要轻推，使他的身体容易保持平衡，熟练后逐渐加重推力。但父母始终要在旁边用手臂保护，以免摔跤。

4.学走路

目的：训练宝宝两脚交替向前迈步。

方法：让宝宝踏着妈妈脚背学走。妈妈面对宝宝，用双手拉着宝宝的

手，让宝宝的脚踏在自己的脚背上。待宝宝站稳后，妈妈向后倒退走，宝宝踏着妈妈脚背向前走。宝宝学会了两脚交替向前迈步的动作后，妈妈可以将他的脚放在地上，让他学着自己迈步向前走。

5.独走

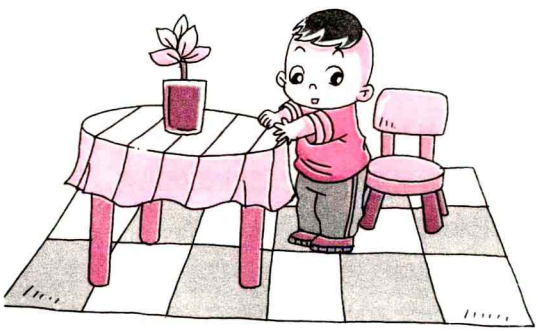
目的：训练宝宝独立行走去取物，发展眼手脚协调动作。

方法：父母相对蹲下，相隔一段距离，用手臂拦护，让宝宝在中间独立行走。反复练习独走多次以后，将宝宝背朝爸爸，面对妈妈。妈妈手中拿着玩具逗引他去拿。当宝宝独自向妈妈走来时，妈妈慢慢向后退，直到宝宝走不稳时将他抱起，将玩具给他玩儿并称赞他。

6.爬山坡

目的：训练宝宝爬行、从平地向上爬高，保持身体平衡。

方法：妈妈俯卧在床上，当小山坡，让宝宝在腿部或背部爬上爬下。经过多次练习后，宝宝能自己熟练地爬时，妈妈将手臂支撑起，使体位抬高成山坡式，引导宝宝从脚部、小腿开始向大腿及臂部方向爬，最后爬到背部。宝宝爬到背部时，妈妈用一只手臂撑在床上，另一人手臂将宝宝的手臂放在自己的颈部让宝宝抱紧，背着宝宝在床上来回爬行，然后将宝宝从背上滑到床上。



7.钻火车

目的：发展宝宝的想象力，学习快走，慢走，蹲下，起立等动作，训练身体保持平衡。

方法：游戏前，父母为宝宝准备一个大纸箱，将上下两边的纸板去掉，在纸箱两边画上窗和门。制作时先出示火车图样，并让宝宝在旁边观看，制作完毕对宝宝说："这辆火车请你开？"然后将纸箱子套在宝宝身上，让他的左右手各握住纸箱两侧的门洞处，并对他说："火车要开了，哧哧哧，哧哧哧。"同时，父母唱着开火车的歌，宝宝提着纸箱随意地四处走。等到歌声停止时，对宝宝说："火车开到了，哧哧哧。"让宝宝蹲下身。游戏可连续进行数次。

训练宝宝听歌词配合动作，快走，慢走，蹲下，起立。第一遍歌词唱："火车开得慢。"第二遍歌词唱："火车开得快。"第三遍歌词再唱："火车开得慢。"第四遍歌词唱："火车开到了。"停下时，宝宝将纸箱放在地上，自己蹲在纸箱内。

8.爬高

目的：培养宝宝攀登的动作，学会两脚轮换向上蹬，锻炼下肢的蹬力。

方法：宝宝脱鞋，双脚穿袜子或赤脚站在地板上。妈妈面对宝宝拉着他的双手，教宝宝从自己的腿上往身上爬，握紧宝宝双手往上拉，让他从小腿爬到大腿，再从大腿抓到腹部，经过胸部，爬到双肩上。妈妈对宝宝说："宝宝爬得真高，宝宝比妈妈高。"同时拉着宝宝的双手转几圈，然后把他放在地板上，再从头进行。

开始时，妈妈可以坐在椅子上，让宝宝从大腿上爬到腹部、胸部到肩部，待宝宝蹬的动作熟练后，再教宝宝站在地板上，从小腿部爬到肩部。这一过程中，妈妈的手要握紧宝宝的手腕部。

9.开飞机



目的：发展宝宝的想象力，训练宝宝四肢活动及抬头、低头、平衡等动作，使全身肌肉获得锻炼。

方法：妈妈屈膝仰卧在床上。游戏开始时，妈妈说："我们来开飞机，你当飞行员，现在你来上飞机。"妈妈拉着宝宝的双手，让宝宝的脚踏在自己的脚背上。待宝宝站稳后，妈妈将小腿抬起伸平，让宝宝骑在小腿上。妈妈说："开飞机了！"同时拉着宝宝两手向左右转动，表示方向盘转动状。妈妈又说："飞机上天了！"同时拉着宝宝两手平举。最后妈妈说："飞到了，下飞机了！"接着让宝宝从妈妈放下的腿上慢慢地滑下去。

由于宝宝平时看到飞机在天空中飞，这种游戏可满足宝宝坐飞机的愿望，深受宝宝喜爱。宝宝经过多次练习，玩熟练后，可以扶住他的两腋下，让他放开双手自己做各种飞行动作。

三、认知游戏

对宝宝来说，游戏是开发智力最好的学习方式，也是与父母之间最好的情感沟通方式。随着宝宝认知能力的发展，适当的做一些认识游戏，对宝宝的智力发育大有好处，下面介绍几种，希望对望子成才的父母们有所帮助。

1.搔身哈哈笑

目的：宝宝学加强触觉。

准备：毛刷、梳子或水彩笔等日常用品。

方法：父母握着宝宝的手掌或脚掌，用水彩笔轻轻描画；也可用手指代劳，在洗完澡后让宝宝俯伏在床上，并以食指在宝宝的背上写简单的数字或英文字，一边做动作，一边与他聊天。

要确保房间温暖。30秒至1分钟已足够，不宜过长。

2. 旋转棉被

目的：宝宝进行前庭刺激。

准备：1张小棉被。

方法：让宝宝趴在棉被上，把头抬起来，妈妈拉起棉被的一角，沿着顺时针方向旋转一圈，跟着又逆时针方向转一圈。

3.照镜子

目的：宝宝学会视觉追踪物体和爬行。

用具：一面镜子。

玩法：让宝宝坐着或站在大镜子面前，妈妈问“宝宝在哪里？”妈妈举起宝宝的一只手，然后挥挥手说：“宝宝在这里！”并在镜子前做出各种夸张的脸部表情，引起宝宝注视。

4.亲子阅读

目的：宝宝学会阅读图书。

准备：适合宝宝的图书。

方法：与宝宝一起选择喜爱的图书，让宝宝坐在膝上；妈妈手捧着图书讲故事，宝宝就配合内容一页一页地翻看。

妈妈要懂得运用技巧，运用手势表情，高低声调和适当用语，加深宝宝对故事的理解。

5.百宝箱

目的：充分满足宝宝这个时期的好奇心。

方法：父母不妨准备一个容纳宝宝全身的大箱子当做玩具箱。把玩具全部都放进去，然后让他一样一样的往出拿。把玩具全部都拿出来以后，宝宝会自己坐进去玩。玩一会儿后，再带领宝宝重新把散落各处的玩具一个一个丢回箱子里。在玩游戏的同时，也学会把玩完的东西收拾好。当它变成有目的游戏，宝宝就会乐不可支。



如果宝宝的力气够大到可以抱起整个箱子，他可能会推翻箱子或者把箱子倒过来，把所有东西都倒出来，他喜欢这种非常具有冲击力而且痛快的感觉。这时候干脆就让他玩个痛快吧！

6.教宝宝懂礼貌

目的：培养宝宝的文明习惯；促进宝宝的语言理解能力，发展宝宝的动作能力。

方法：爸爸递给宝宝一件他喜欢的玩具，当宝宝伸手拿时，妈妈在一旁说："谢谢。"并点点头或做鞠躬的动作。同时，逗引宝宝模仿妈妈的动作。如果宝宝按要求做了，立即亲亲他，表示祝贺；爸爸做离开状，妈妈一面说"再见"，一面挥动宝宝的小手，教他"再见"；家里来了熟悉的客人，教宝宝拍拍手表示欢迎。

一周只教一种动作，等该动作完全稳定后，再考虑教另一种动作；结合歌曲，父母边唱边做动作，并教宝宝模仿，以增加宝宝的兴趣。

7. 玩沙水

目的：宝宝知道沙子的特性并能够发挥想象。

准备：各种玩沙水的工具。

方法：在暖和的日子，带宝宝到沙滩堆砌不同形状的沙堆，然后在沙子里加进水，看沙子有什么变化。

不要因为怕把衣服弄脏而对宝宝有诸多限制，因为玩沙水的时候是他想象力充分发展的时候。

8.认识三维

目的：引导宝宝认识三维世界，可以增加他的好奇心，培养宝宝的求知欲。

方法：找一个大玩具（高度要超过宝宝趴下后头的高度），放置在宝宝面前，告诉他玩具的名称，让宝宝用手摸摸；引导宝宝绕着玩具爬一圈，再让他用手摸摸，告诉他玩具的名称；最后，把宝宝抱起来，让他从

高处看到玩具，再把玩具的名称告诉他，让他摸摸玩具。

9.摇啊摇

目的：培养宝宝的勇敢精神和愉快的情绪。

方法：准备一把大靠背椅，让宝宝面对椅背坐好，两腿从椅背下面的空档伸出，双手抓住椅背两边；父母扶住椅背，以椅背两条后腿为交叉点，前后摇动椅子，边摇边唱儿歌《摇到外婆桥》，摇啊摇，摇到外婆桥，外婆见了笑哈哈，糖一包，果一包，又有团又有糕。

在游戏过程中，父母应注意观察宝宝的反应，宝宝如果胆小，父母应放缓摇椅子的节奏，并鼓励宝宝勇敢一些；要注意宝宝的安全。

10.音乐摇床



目的：宝宝学会感受音乐节奏和停顿。

方法：播放柔和的音乐，让宝宝坐在被单的中心，父母各持被单的两脚，承托宝宝的重量，然后跟着音乐、像摇篮一样向左、向右两边摇晃，音乐一停，动作也要停下来。

首先确保宝宝

在摇床里是安全的，同时腰跟着音乐旋律摇动。

11.分水果

目的：训练宝宝的识别能力。

准备：常见的水果（如苹果、香蕉、橙子等）、一个篮子、玩偶。

方法：将盛着各种水果的篮子放到宝宝的面前，再拿出一些玩偶，由妈妈抱着；然后对宝宝说："大熊要吃苹果，宝宝请你帮它拿一个XX。"随后说出篮子内的水果，或叫宝宝拿不同的水果。

12.米缸寻宝

目的：宝宝学会用手去感觉事物。

准备：家里的米缸、各种小物件（钥匙、小玩具车、汤匙等）。

方法：妈妈首先教宝宝各种小物件的名称；然后把东西放进预先准备的米缸中；再鼓励宝宝用手去摸米缸中的物件，并说出摸到了什么。

妈妈在这个游戏进行的时候可以增加难度，要求宝宝把眼睛蒙上。

13.锡纸立体画

目的：训练宝宝的认知和动手能力。

准备：一张锡纸、没有煮熟的粗面条、大的盘子。

方法：妈妈先把面条剪成约20厘米长，并放在大盘上；鼓励宝宝用面条做出自己喜欢的造型，然后把锡纸放在面条上；让宝宝在锡纸上根据面条的位置用手指描绘，一张锡纸立体画就出现了。

妈妈可以根据宝宝的认知程度鼓励宝宝做出更有立体感的造型。

14. 书本叠叠乐

目的：宝宝学会了解顺序和分类。

准备：书20本（可以用宝宝经常看的图画书）。

方法：妈妈准备20本书，然后跟宝宝一起一本一本把书叠起来；宝宝熟悉了摆放的方法以后，鼓励宝宝轮流的把书叠起。

妈妈可以根据宝宝的能力增加书本数量。

15. 化妆游戏

目的：宝宝学会打扮自己。

准备：妈妈的化妆品、镜子。

方法：妈妈化妆的时候，教宝宝五官的位置；并可以教宝宝简单的化妆技巧。

最好不要把化妆品涂在宝宝脸上，以免过敏。

16. 炊具音乐会

目的：宝宝学会认识声音。

准备：厨房里的锅、碗、瓢、盆各准备几个。

方法：把准备好的锅碗等东西反转放在桌子或地上，然后给宝宝用筷子或调羹，让宝宝尽情敲打。



妈妈可以在宝宝打的时候加点音乐背景，并给宝宝配奏，增强宝宝的乐感。

17.看图讲故事

目的：用重复的字和鲜艳的图片给宝宝语言刺激；培养宝宝爱听故事，对图书感兴趣的习惯。

方法：妈妈可选择一些构图简单、色彩鲜艳，故事情节单一，内容有趣的图画书；打开书，给宝宝讲内容，让他看不同的图画，念出物品，动物的名称，如这是小白兔，这是小青蛙。如果宝宝偶尔指着书上的某一图画，一定要把名称告诉他。

可选择宝宝有兴趣时或每晚宝宝睡觉前，时间不要太长；讲故事要轻言细语，语调要清晰缓慢；如果宝宝实在不肯和妈妈一道看画册，听故事，妈妈也不必急躁，可过段时间再试试。

18.宝宝看电视

目的：将视觉，听觉协调统一起来，给宝宝良好的视听环境；让宝宝习惯体验新奇的刺激。

方法：选择一些画面稳定，优美的镜头给宝宝看，在看电视的同时，母亲与宝宝进行语言交流，并告诉他画面上事物的名称。

宝宝距离电视不能太近，一般要在2～3米为宜；看电视的时间不要过长，每天看5～10分钟为宜；画面要优美，变化不能过快，音量不要过高或过低。

19.里面有什么

目的：培养宝宝的好奇心和探索精神；发展宝宝的自我意识，让他了

解简单的因果关系。

方法：取一个圆形罐头盒，在里面放进两个铃铛。将罐头盒在宝宝面前滚动，引起宝宝的兴趣；将罐头盒递给宝宝，打开盒盖，取出里面的铃铛给宝宝看看，让他摇摇；引导宝宝将铃铛放入罐头盒内，盖上盒盖；让宝宝用手推罐头盒或用脚踢它。

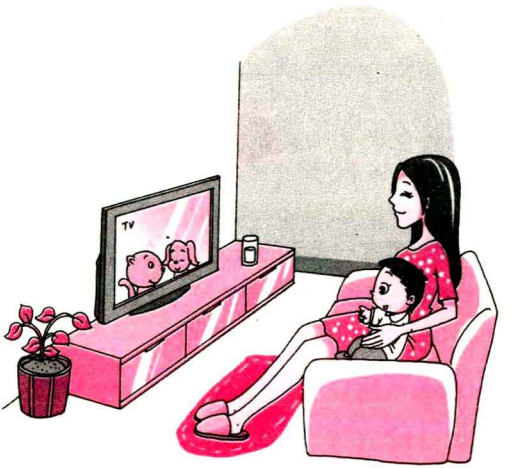
该法可调动宝宝的好奇心，使他对周围环境充满探索的渴望，善于主动发现事物的特征，在不断获取周围环境中的知识与信息的同时使宝宝的观察力，思维能力也获得发展。

20.听指令做动作

目的：宝宝学会理解语言。

方法：父母面对宝宝，发出简单的指令，如叫他拍拍手，摇摇头，或伸出舌头笑一笑等，一面说一面亲自示范给他看，要是宝宝的年龄可了解说话的内容，父母可说话，不作示范。

父母可逐渐为内容增加难度，如吩咐宝宝替爸爸取报纸、外出时取自己的外套等。



21.听命令

目的：让宝宝了解听命令这种行为规范，培养宝宝自我控制的意识，发展宝宝的情商。

方法：和宝宝面对面坐着。递给他一个玩具，

稍后，父母鼓励宝宝将玩具交给自己，宝宝做对了，父母可摸摸宝宝头或以食物表示赞扬；在床头放置一件玩具，妈妈和宝宝坐在床的另一头。妈妈指着玩具说，“把玩具拿过来”，让宝宝爬行拿到玩具；当宝宝去拿一件他不能动的物品时，父母要及时对他说，不能动，并作出摇头的动作。如果宝宝继续拿东西，就用比较严厉的语气再次重复命令，同时制止他。

通过训练，让宝宝了解哪些行为会受赞赏，哪些行为不受赞赏，让他懂得并服从父母的吩咐，为将来建立规则意识打下基础；训练中父母不要操之过急，开始可边发出指令边示范，也可以借助手势帮助宝宝理解，直到宝宝完全只依靠语言，就能准确做出相应动作为止。

22.大自然的声音

目的：宝宝学会倾听和想象。

方法：妈妈带宝宝到公园；让宝宝闭上眼睛用耳朵听，然后说说听到了什么声音。

妈妈可以让宝宝记录所有在公园听到的声音，比如小鸟、风的声音等。

四、动作游戏

随着宝宝一天天的长大，他的动作也越来越协调，对宝宝进行适当的动作训练，可以促进宝宝的智力发育。

1. 水蒸气指点点

目的：宝宝学会运用手指。

准备：浴室里，放好热水。

方法：妈妈在给宝宝洗澡前，先把热水放在浴缸中，并尽量保持房间的水蒸气；然后引导宝宝在被水蒸气蒙住的镜子前用手指画出各种各样的图案。

要注意房间的空气流通和温度的改变。

2. 浴巾球

目的：宝宝学会锻炼手腕力量及拍打。

准备：浴巾。

方法：让宝宝在浴缸或浴盘中；并给宝宝一条浴巾；帮助宝宝在水中利用浴巾做出一个球；球中不要有水；鼓励宝宝用手去拍打浴巾球。

妈妈可以根据宝宝的能力改变球的大少，以增加宝宝的兴趣。

3. 自己吃



目的：培养宝宝自我服务能力。

方法：准备一些爆米花、饼干，盘子，杯子和勺子；把饼干放在盘子里，鼓励宝宝自己用手拿饼干吃；教宝宝用杯子喝水。由父母扶着杯子过渡过到宝宝自己扶着杯子；在碗里面盛上半碗爆米花，给宝宝一把勺子让他先拿着勺柄玩，然后慢慢教他持勺舀爆米花。

宝宝刚开始时，母亲要有耐心，不要因为宝宝稚拙和添乱就坚持喂宝宝，剥夺他学习的好机会；不要让宝宝拿掉在地上的饼干以及撒在桌上的爆米花吃。

4. 攻城

目的：培养宝宝的运动能力和解决问题的能力；培养宝宝克服困难的精神。

方法：在宝宝面前挡上几块硬纸板（注意使硬纸板很容易推倒）；父母在纸板的另一边叫宝宝的名字，引导宝宝推开纸板爬过来；宝宝爬过来之后，父母应对宝宝的行动表示鼓励，如说些赞许的话，抱抱宝宝，亲亲他，或是给他一件他喜欢的玩具。

挡在宝宝面前的纸可能会使宝宝产生某种恐惧，父母应用亲切的话语安慰他，引导他推开纸板；注意剪掉纸板的尖角，避免戳伤宝宝。

5. 身上摘星星

目的：宝宝学会手指精细动作。

准备：夹衣服用的夹子10个。

方法：妈妈预先把夹子夹在衣服上，然后让宝宝用手去把夹子摘下来。

6. 书上种小花

目的：宝宝学会手眼协调和手指精细动作。

准备：颜色鲜艳的书1本。

方法：妈妈把书放在桌子上，然后一页一页地把它卷起来形成花的状态，引导宝宝用食指伸进每一朵花里，再一张一张的把它翻开来。

妈妈要选择比较软一点及页数少的书。

7.追赶游戏

目的：激发宝宝的进取精神；促进宝宝爬行能力的发展。

方法：取一个宝宝喜欢的玩具，在上面系一根绳子，把玩具放在宝宝面前，吸引他的注意；慢慢拉动玩具，让它离宝宝越来越远，直到宝宝用手够不着为止；鼓励宝宝爬过来抓住玩具。

父母不要过快地拉动玩具，使宝宝总也爬不到，失去游戏的兴趣。只要宝宝能爬几步妈妈就可以停下来，让宝宝抓住玩具，同时要表扬宝宝真能干。

8.拍水花

目的：宝宝学会拍打，增加力量。

准备：浴缸、水。

方法：妈妈预先把浴缸的水装满；用语言鼓励宝宝在水中用手或脚用力拍出水花。

妈妈在做这个游戏时，注意不要把水弄到宝宝眼中。



9.踏步奇兵

目的：宝宝学会走路。

准备：浴巾、宝宝的衣服。

方法：妈妈在浴缸或浴盘中放置一些毛巾和宝宝的衣服，并注水到浴缸中；鼓励宝宝用双脚不停在水中踏步。

要注意水的高度不要太高，刚好盖过衣服，让宝宝看到衣服。

10.水底总动员

目的：宝宝学会蹲和捡的动作以及控制身体平衡。

准备：各种有重量的玩具（可以沉在水中的玩具）。

方法：妈妈把各种各样有重量的玩具放在水中，然后在浴缸中注水；鼓励宝宝蹲下身捡起水中的玩具。

妈妈在进行这个游戏时，注意宝宝的身体平衡能力。

11.投掷衣服

目的：宝宝学会扔的动作。

准备：浴室里的衣服篮子、宝宝刚脱下来的衣服、毛巾等。

方法：把盛衣服的篮子放在跟宝宝有1米的距离；引导宝宝把衣服、毛巾等物件扔进篮子。

可以每次洗澡前跟宝宝玩这样的游戏，增加洗澡时的运动量，这样宝宝洗澡后就更容易入睡了。

12.小鱼游啊游

目的：宝宝学会游泳。

准备：浴缸或者宝宝泳池。

方法：妈妈用手托住宝宝的身体，让宝宝在浴缸或者泳池尽情地玩。

宝宝在浴缸里玩的时候，父母一定不能离开，避免宝宝溺水。

13. 倒水游戏

目的：宝宝学会手眼协调。

用具：水、杯子。

玩法：把各种大小的杯子给宝宝；鼓励宝宝用杯子装满水，并倒进一个大锅中。

小贴士：在指定时间内看宝宝能完成多少的量。

14. 推小球

目的：宝宝学会平衡和手眼协调。

准备：一个小球。

方法：和宝宝对坐，玩推球的游戏。

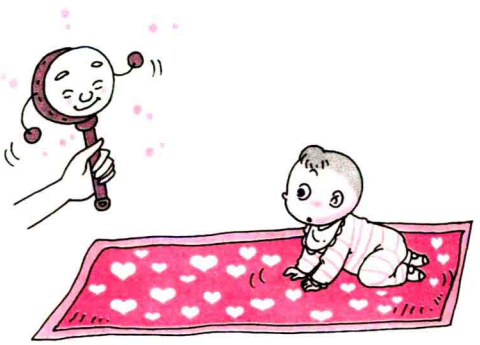
根据宝宝的能力，把推球的距离缩短或加长，帮助宝宝肌力的发展。

15. 书本骨牌

目的：宝宝学会手眼协调。

准备：各种厚度的书大概10本。

方法：妈妈把各种的书从中间打开，以骨牌形式放在地上；把10本书放



好以后，让宝宝用手推动第一本书，并看着书一本本倒下。

妈妈可以根据宝宝的能力，把书的数量增加。

16.蹬气球

目的：进一步锻炼手眼协调，眼与动作配合，手抓、脚蹬力量，背肌、腹肌肌力和躯体及四肢的协调动作、灵敏反应和动作的准确性，激发宝宝的积极情绪。

方法：宝宝仰卧床上，父母在他脚上方悬挂一气球，逗引他用脚来蹬踢，气球忽高忽低，忽左忽右，让宝宝追着来蹬。

17.撕纸、捏纸

目的：训练宝宝的小肌肉精细动作的发展，并训练宝宝的手眼协调。

方法：妈妈坐在宝宝旁边，给宝宝准备一张白纸。先把纸给宝宝玩，如宝宝主动撕，则不要干涉，适当时可把已撕过的稍大纸片引导宝宝再撕得更小；如宝宝不撕，可待宝宝随意玩一会儿之后引导宝宝双手向前后不同方向用力，把纸撕开。之后还可引导宝宝把碎纸片一片片捏起，放到妈妈的手里或小袋、小盒中，完成游戏。

18.过独木桥

目的：培养宝宝维持身体平衡的能力，训练宝宝爬行动作的灵活性。

方法：爸爸或妈妈躺在床上，采取仰卧式；让小宝宝俯卧在肚子上，把宝宝的身体摆放成适宜爬行的姿势；用两只手做成护档状放在自己身体的两侧；由于人体的结构和呼吸的不断运动，宝宝在爬行时就要特别注意维持自己身体的平衡，不让自己掉下去。

小贴士：玩的时间不宜过长，在宝宝爬的过程中，父母应不断地用语

言对宝宝进行鼓励。

19.倒退三步

目的：协助宝宝四肢的成熟及手肘支撑力，开拓宽广的视觉空间，促进身体触觉和平衡感的发展。

方法：准备材料安全卫生的玩具、软垫，让宝宝俯卧在软垫上，两肘展开撑身体上半身。爸爸把玩具放在宝宝的前面逗引他努力向前运动身体，够取玩具。

待宝宝双臂支撑身体向前爬行，快要够到玩具时，妈妈向后拉宝宝的双腿，使他的身体成平趴式后退。游戏中伴以父母轻松的谈话及鼓励。重复进行，宝宝其乐无穷。适宜时间10～15分钟。

倒退时不宜太用力，多制造欢乐气氛，鼓励宝宝挑战困难、克服困难。

20.追小狗

目的：训练宝宝爬行的速度和灵巧性；训练宝宝脖颈运动的能力；训练宝宝分辨声音的方向。

方法：宝宝、爸爸、妈妈一起趴在床上，妈妈喊着追小狗了，追小狗了，并快速向前爬去；当妈妈追到小宝宝时，爸爸在前面拿着一个玩具向前爬，并说："小狗，来追爸爸，汪，汪。"妈妈也向宝宝说："宝宝快去追。"宝宝被玩具吸引，便会急速追去。



这个游戏应在宝宝吃饱后，精神状态良好，没有疾病的情况下进行；爬行的场地应该宽敞，最好是在地上。如果在床上爬，父母一定要照顾到宝宝的安全问题，防止宝宝在爬的过程中掉下去；爬行的场地上不应有硬的玩具，以防弄伤宝宝。

21.交朋友

目的：培养宝宝的社会交往能力，缓减宝宝的怯生程度。

方法：有意识地让宝宝和同龄宝宝接触，训练他们和同伴相处的能力。

握手—和小伙伴刚见面时，父母鼓励两个宝宝相互握握手。

欢迎—让宝宝对小伙伴点点头或拍拍表示欢迎。

谢谢—引导宝宝交换玩具，并让他们点点头，以表示谢意。

玩耍—让宝宝们在地毯上或床上互相追逐，嬉闹。

再见—小伙伴们分手时，让宝宝挥挥手，表示再见。

宝宝对陌生普遍有怯生的现象，但他们较易接受同龄的陌生小伙伴。因此，父母让宝宝多和小朋友交往，让宝宝积累与同伴交往的经验。

22.创意纸巾画

目的：宝宝学会—手眼协调。

准备：各种颜色的纸巾。

方法：妈妈给宝宝准备各种颜色的纸巾；鼓励宝宝用纸巾来拼出各种图形并利用镜子上的水蒸气把纸巾贴上。

妈妈在跟宝宝进行这个游戏的时候，不要去限制宝宝的创想能力。

五、手指游戏

对于宝宝来说，活动手、尤其是活动手指，实际上是给大脑做操。手指游戏对于宝宝来说极其重要，宝宝的精细动作能力靠它来锻炼，另外，手指游戏还能锻炼宝宝的触觉，可增进父母与宝宝的感情交流。

1.抓住喜欢的东西

目的：锻炼宝宝小手的抓握能力、手指的柔韧性和手腕的力量。

准备：使大拇指和其他四指分开活动，为每个手指的单独活动做准备。

方法：将一些颜色鲜艳、造型可爱、便于宝宝抓握的玩具，如拨浪鼓、摇摇球或卡通形状的响铃等放在宝宝面前，“引诱”4个月左右的宝宝去拿。在宝宝抓到手、握紧以后，妈妈再抓住宝宝手臂协助其摇晃，不久，宝宝就能自己玩了。



准备一条漂亮的纱巾，妈妈握住一角、宝宝抓住一角；在妈妈的诱导下，宝宝做无规则的摆动动作，也能达到操练宝宝手和手腕的目的。当然，还可以训练宝宝空手抓。

2.拇指食指做“夹子”

目的：教10个月左右的宝宝学习分辨不同的物品、控制拇指和食指之间的精细配合，促进手眼协调能力的发展。

方法：把花生、榛子、枣、糖等混在一起，也可用小圆球、小棋子或大一点的扣子等代替。然后，妈妈帮助宝宝用拇指和食指做“捏”的动作，把“捏”出来的东西按品种分类摆放。在这个过程中，宝宝能从“多指抓物”过渡到“拇指食指对捏”，手指的动作“细致”了一步，为以后更细致的动作做好准备。

3.用纸玩出花样

目的：训练手部和手指的各种动作，以及手指间的相互配合；体验触摸各种纸的不同感觉。

方法：准备质地不同的纸，如广告纸、包装纸、玻璃纸、卫生纸。妈妈撕纸、甩纸、把纸揉搓成一团……教宝宝模仿，使之在任意玩纸的过程中，手指得到灵活运动。

4.手指也“舞蹈”

目的：通过手指动作，使宝宝的十个手指有单独训练的机会，同时，也培养了宝宝的观察力和注意力，使手眼协调发展。

方法：两手成拳相对，拇指伸直、随后做向前弯曲状，类似相互“鞠躬”；两拳打开，小拇指伸直、弯曲、反复拉勾；分别弯、弹食指、中指、无名指。也可以做“双胞胎游戏”，即每一次同时伸出大拇指、食指、中指、无名指、小拇指，做竖起、弯勾、摇晃、转圈等动作。如果能配合相应的歌谣，宝宝就更有兴趣了。

5.抓握游戏

目的：宝宝刚生下来，要训练他被动抓握。

方法：把能让他抓握的东西放在宝宝手心，让宝宝握住；到宝宝3个月以后，就可以训练他主动够物抓握了。父母可以让宝宝握住玩具，然后摇动宝宝的手，让他体验什么是摇。

6.触摸游戏

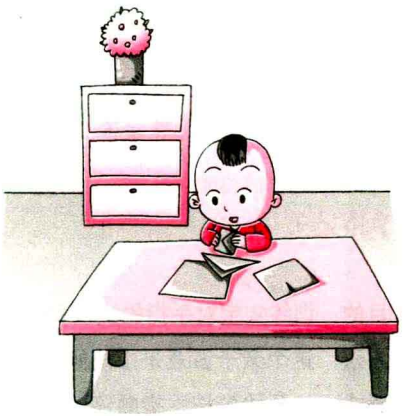
目的：让宝宝的手指触摸不同质地的东西，刺激触觉发育。

方法：玩法有很多，比如在一只手套的各个指头上缝上不同质地的布料，也可以缝上一些扣子，父母把手套戴在手上让宝宝触摸，宝宝就可以同时感觉很多种质地了；或者拿一个玩具娃娃让宝宝触摸，告诉宝宝娃娃身体的各部位，让宝宝在触摸的同时了解身体结构；触摸水的质感。

7.抚摸游戏

目的：训练宝宝的抓握能力。

方法：父母轻抚宝宝的小手、胳膊，并做手部按摩，妈妈可以触摸宝宝的手指，嘴里念着儿歌，伴随儿歌的节奏，每说一句，就触摸一下宝宝的一个手指；也可以在触摸宝宝手指的时候数数。这样宝宝对数字的概念和节奏感也得到了培养。



8.动指游戏

目的：训练宝宝的手指协调能力。

方法：拿有孔的物体给宝宝，试着让宝宝的手指伸进去；父母也可以用自己的手指做个圈，让宝宝伸进去，或者帮宝宝用两个手指做成圈，父母把手指伸进去，配合儿歌做游戏；父母也可以摇动宝宝的手指，也可以亲吻或者勾一勾宝宝的小手指。

9.喂食游戏

目的：通过这个游戏训练宝宝自己拿饼干吃和磨牙。

方法：把饼干弄成小块，父母拿起来放进嘴里，鼓励宝宝也模仿拿起来吃。

10.手影游戏

目的：不仅强化宝宝动手能力，更可认识各种动物，了解光与影的关系。

方法：宝宝大一点的时候，开始教宝宝学习手影，用手在光的照射下投影出各种形状，如狗、孔雀等。

11.手指兄弟

目的：训练宝宝对手指的认识和手指协调能力。

方法：这个亲子游戏是由妈妈和宝宝面对面玩的，采用妈妈与宝宝互动的形式，一开始先按手指顺序玩，等玩几次后宝宝熟练了，可由妈妈打乱儿歌顺序，宝宝伸出相应手指回应妈妈。

（先将双手藏在背后）

大哥在哪里？

大哥在哪里？

我在这！（伸出左手翘翘大拇指）

我在这！（再伸出右手翘翘大拇指）

大哥，今天你好吗？（摆动其中一个拇指）

很好，谢谢你！（再摆动另一个拇指）

我走啦，我走啦！（左手放回背后，然后右手放回背后）

二哥在哪里？

二哥在哪里？

在这里！在这里！（伸出左手食指摆一摆，再伸出右手食指摆一摆）

二哥，你好啊！

很好，谢谢你！

我走啦，我走啦！（将手放回背后）

高高的哥哥你在哪里？

我在这！我在这！（伸出中指）

哥哥，你好啊！

很好，谢谢你！



我走啦，我走啦！（将手放回背后）

无名的哥哥你在哪里？

我在这！我在这！（伸出无名指）

哥哥，你好啊！

很好，谢谢你！

我走啦，我走啦！（将手放回背后）

小弟弟在哪里？

在这里！在这里！（伸出小拇指）

弟弟，你好啊！

很好，谢谢你！

我走啦，我走啦！（将手放回背后）

全家人在哪里？

全家人在哪里？

我们在这里！我们在这里！（伸出双手）

哥哥好！弟弟好！

大家感谢你！

12.堆堆砌砌剃须膏

目的：宝宝学会开拓思维。

准备：剃须膏。

方法：妈妈先给宝宝少量剃须膏放在宝宝手中，互相用手搓弄；再跟宝宝用剃须膏在浴室的墙上堆砌各种造型。

妈妈在跟宝宝玩这个游戏前，先把少量的剃须膏放在宝宝的手上，看宝宝是否有过敏反应，如果宝宝感觉不舒服就要停止。

六、常识早教游戏

一些常识可以通过游戏的方式传达给宝宝，让宝宝在玩了的同时也能接收到知识。

1．戳不破的蛋壳

目的：认识这是因为拱形的面可以承受较大的压力，所以凸面朝上的蛋壳不会被戳破。造拱形桥就是利用这个原理。

准备：半个的蛋壳2个，不太尖的铅笔1支，小杯子1个。

方法：

（1）把鸡蛋壳凹面朝上，下面垫上一个小杯子，拿一支削得不太尖的铅笔，对着蛋壳，从7～8厘米高的地方松开手，蛋壳被戳破了。

（2）把蛋壳凸面朝上，同样在7～8厘米高的地方将同一支铅笔松开手，铅笔落下来，蛋壳却不会戳破。

2. 乒乓球哈巴狗

目的：认识根据摩擦起电的原理，电具有吸引力，乒乓球就随带电的梳子移动。

准备：塑料梳子1把，乒乓球1个。

方法：

①把1个乒乓球画成一只致哈巴狗的样子，放在桌面上静止不动。

②拿1把塑料梳子迅速在毛料衣服上摩擦几下后靠近乒乓球，乒乓球受到吸引就会向梳子滚去，这时梳子慢慢移动，乒乓球就跟着滚动，像只哈巴狗一样顺从地跟着主人。

3. 针为什么不见了

目的：认识当外界光照在位于水中的针上时，针的表面也会产生反射光线，向四面散射，软木塞挡住了从针上发出的部分光线不能进入空气，其他光线由于全反射作用，也不能进入空气，这样我们的眼自然就看不见针了。



准备：1盆清水，1枚缝衣针，1个软木塞。

方法：将缝衣针插在软木塞上，针朝下，让软木塞浮在水面。露在软木塞外的针的部分要略大于软木塞的半径。不管从哪个角度去看，都不能看 到针。

4. 棉线钓“鱼”

目的：冰块上放盐，盐便把棉线周围的冰融化，冰融化就要放热，寒冷的冰块就会使盐水再次结冰，棉线就冻在冰块上，就能把冰块（鱼）钓起来了。

准备：棉线1根，冰1块，玻璃杯1个，盐少许。

方法：

①把棉线放在冰块上，试一试，不能将冰块钓起来。

②在冰块上撒上一些盐，1～2分钟后，棉线就把冰块（鱼）钓起来了。

5. 水为什么会溢出碗外

目的：认识因为罐内有空气，向下扣压时里边的空气压迫水，所以水会溢出碗外。

准备：空易拉罐1个，大口碗1个。

方法：

①将碗中盛大半碗水。

②把空易拉罐口朝上向下压，碗中的水不会溢出碗外。

③将空易拉罐口处剪掉，使其成为一个广口瓶。

④把空易拉罐瓶口朝下扣在水面上，用力向下压，可以看到碗中水面上升并溢出碗外。

6. 鸡蛋浮起来了

目的：认识浮力。

准备：玻璃缸（或大的容器）2个，鸡蛋1个，清水和盐水。

方法：

①在2个玻璃缸里装进清水，然后在其中1个玻璃缸里加进盐，使其溶化。

②把鸡蛋放进盛清水的玻璃缸内，结果鸡蛋沉到水下。取出鸡蛋，放入加盐的玻璃缸里，鸡蛋就会浮在水面上。

7．杯子中心的软木塞

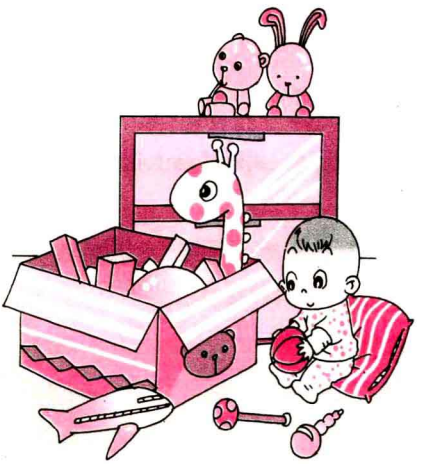
目的：认识由于水的表面张力，水将形成一个凸面，软木塞受张力的作用就移到杯子的中心了。

准备：软木塞1个，杯子2个，水。

方法：

①在玻璃杯中装上水，杯子中放一个软木塞。

②用另一个杯子装上水，向放有软木塞的杯子中加水，加到水稍微漫过杯子边缘时，软木塞就会自行移动到杯子的中间了。



8．玻璃杯放大镜

目的：认识光线穿过两个凸起的玻璃时，发生折射形成物体放大现象。放大镜的两个面为什么要鼓出来就是这个道理。

准备：玻璃杯1个，有字的纸。

方法：在透明的玻璃杯中倒满清水，把写有字的纸靠在杯子的外面，然后从杯子的另一侧面

去看纸上的字，会发现字变大了。

9.蜡烛跷跷板

目的：认识蜡烛燃烧会向下滴液体蜡，一端滴下一滴，就会上升，蜡烛的平衡不断被破坏，结果就会出现交替地上升、下降的现象。

准备：长蜡烛1支，大号缝衣针1根，杯子2个，薄铁皮1块（易拉罐），小盘子2个。

方法：

①使蜡烛的两端各露出烛心。

②用缝衣针从蜡烛中心穿过，露出的针头针尾分别架在两个杯子的边上。

③用薄铁皮剪俩小人，插在蜡烛两端。

④点燃蜡烛两端，在蜡烛两端的下边各放一个盘子。可以看到蜡烛两端交替上升、下降。

10.半球旋转

目的：认识物体运动时的惯性。

准备：乒乓球1个，塑料垫板1块，剪刀1把。

方法：

①把乒乓球用剪刀剪成两半，边缘剪成锯齿状，用彩笔画上花纹。

②在塑料垫板上滴上几滴水。

③把半个乒乓球放在滴水处，双手拿起塑料垫板，顺着一个方向轻轻转动，这时会看到半个乒乓球也跟着旋转起来，而且越转越快。

④垫板突然停止转动，半个乒乓球还依然旋转不止，过一会儿才能静止下来。

[General Information]
书名=0～4岁婴幼儿早教百科
作者=李淑娟编著
页数=492
SS号=12735841
出版日期=2011.01